

人が元気 まちも元気 自慢したくなるふるさと 龍ヶ崎

# りゅうほー

11  
前半号

2018 (平成30年)

No. 803



12月9日は茨城県議会議員一般選挙の投票日です！

商工まつり「いがっぺ市」 & 第3回茨城県ご当地コロッケ横丁 in 龍ヶ崎  
冬の感染症「ノロウイルス」に注意！  
ご長寿おめでとうございます！

\*『りゅうほー』では、平成から新元号に移行するまでの間、暫定処置として西暦を併記しています



# 会議員一般選挙の投票日です！

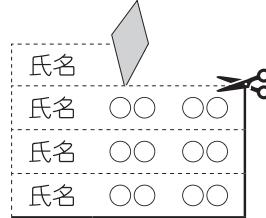
## 投票の仕方

### 入場券が郵送で届きます

①をめくると  
投票場所などの  
説明が  
印刷されています



②をめくると  
個人の入場券が  
印刷されています



自分の入場券を  
切り取って、  
入場券に  
明記されている  
指定の投票所へ  
お持ちください。

- \* 世帯員8人までの入場券が印刷されています
- \* 期日前投票の場合も、入場券をお持ちください

### 入場券を持って投票に行こう！

受け付けで入場券を渡してください

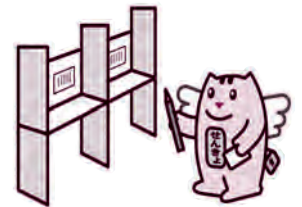


受け付けで入場券を渡し、選挙人名簿登録の確認を受けます。  
(期日前投票所では、当日ご不在の理由をお伺いし、宣誓書に署名をします)

投票用紙が交付されます

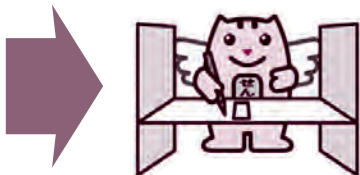


投票用紙を持って記載台へ！



記載台には候補者名などが  
貼ってあります。記入の参考  
にしてください。

候補者の氏名を記載します



投票箱に投票用紙を入れます



投票完了  
です！



もし入場券を忘れてしまったら…

- 当日→身分証などで本人確認し、入場券を再発行して投票することができます。
- 期日前→身分証などで本人確認し、選挙人名簿と対照して投票することができます。

入場券がなくても  
投票できます！

18歳から  
投票できます！

投票方法に自信がない…そんな時は YouTube へ GO！

YouTube の龍ヶ崎市公式チャンネルで、まいりゅうくんとめいすいくんが案内する投票方法についての動画を公開しています。ぜひご覧ください！



問い合わせ

龍ヶ崎市選挙管理委員会 ☎ 64-1111 (内線 495・499)

📍 <http://www.city.ryugasaki.ibaraki.jp/shisei/senkyo/senkyokanriinkai/>

● 投票日当日のお問い合わせは ☎ 64-1487 へ ●







# 12月9日(日)は茨城県議

## 選挙区域・定数が変わりました

平成28年12月の「茨城県議会議員の定数並びに選挙区及び各選挙区において選挙すべき議員の数に関する条例」改定に伴い、選挙区および定数が変更になりました。

	変更前		変更後
選挙区名称	龍ヶ崎市選挙区	→	龍ヶ崎市・利根町選挙区
選挙区域	龍ヶ崎市の区域	→	龍ヶ崎市・北相馬郡利根町の区域
定数	1人	→	2人

### 投票できる方

選挙人名簿に登録されている方で、平成12年12月10日までに生まれた日本国民で、平成30年9月1日以前から引き続き龍ヶ崎市に居住し、住民基本台帳に登録されている方。

### 投票日時

**12月9日(日) 午前7時～午後8時**

### 投票日当日に投票に行くことができない場合は…

投票日に投票に行くことができない方は、「期日前投票」「不在者投票」「郵便による不在者投票」が利用できます。ぜひご活用ください！

### 期日前投票

選挙期日に仕事や旅行・レジャー・冠婚葬祭などの一定の事由のため投票に行くことができないと見込まれる方は、次の期間に事前に投票することができます。

**投票日時** 12月1日(土)～8日(土)  
午前8時30分～午後8時

**投票場所** ●龍ヶ崎市役所1階ホール  
●佐貫駅東口ロータリー(仮設投票所)

\* どちらの期日前投票所でも投票できます

\* 期日前投票の際は、選挙当日の不在の理由をお伺いし、宣誓書の記入をしていただきます

### 不在者投票

指定を受けている病院や施設に入院・入所中の方や、長期出張中の方など、投票所や期日前投票所で投票できない方は、入院・入所している病院・施設や、滞在している所の選挙管理委員会では不在者投票をすることができます。詳しくは選挙管理委員会までお問い合わせください。

また、不在者投票は、必要書類や投票用紙を郵送しますので、郵便物のやり取りに時間がかかります。お早めに手続きをお願いします。

### 郵便による不在者投票

身体に重度の障がいのある方・重度の要介護者である方・戦傷病者手帳をお持ちの方で、所定の要件を満たす方は、「郵便による不在者投票」の制度を利用することができます。詳しくは選挙管理委員会までお問い合わせください。

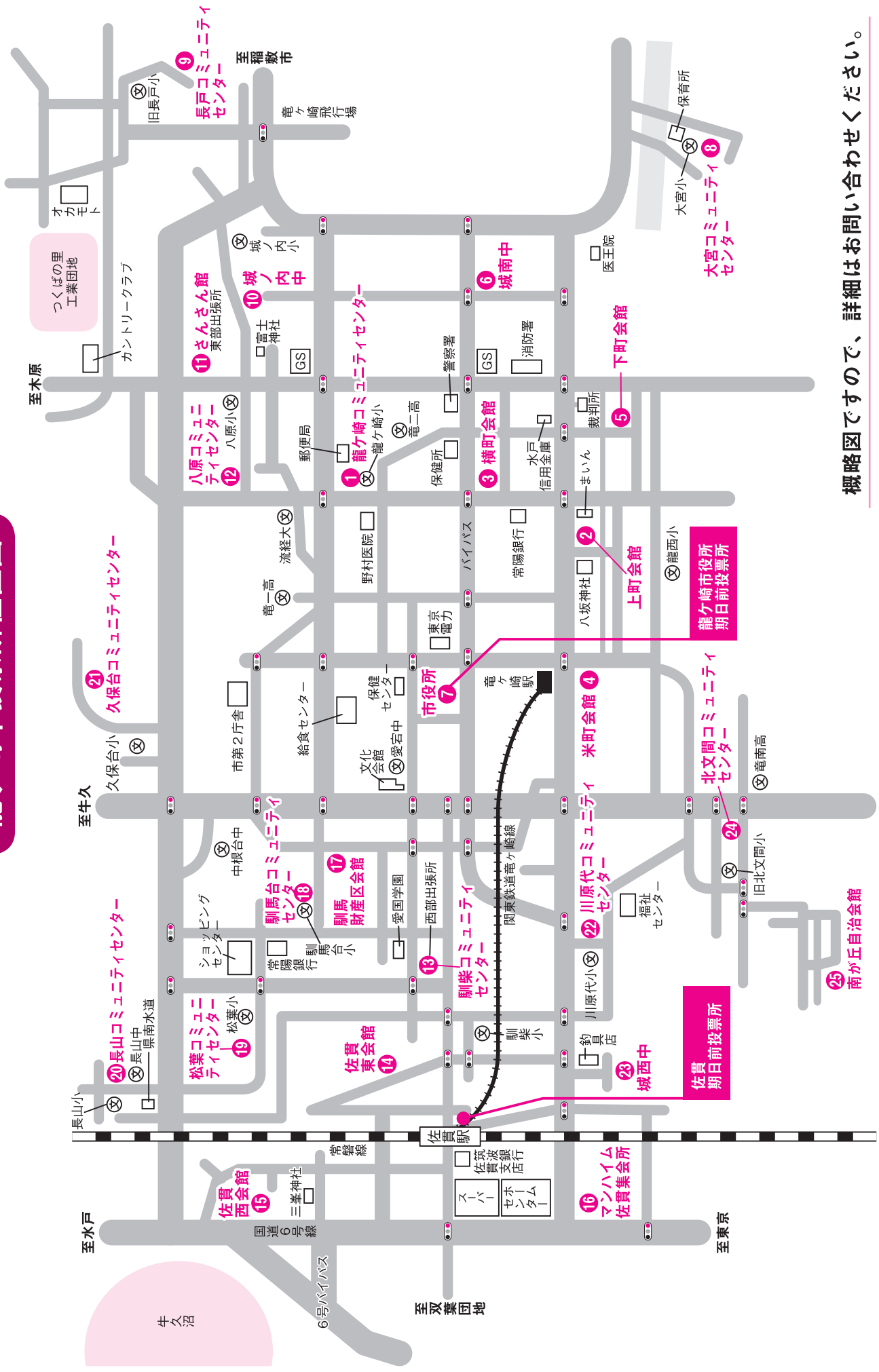
\* 郵便による不在者投票の投票用紙の請求期限は、**12月5日(水・必着)まで**です

### 選挙公報

選挙の告示日以後、投票日前日までの間に新聞折り込みで配布されます。また、期日前投票所・当日投票所・各コミュニティセンターでも配布します。新聞を購読していない方で、選挙公報のご自宅への郵送を希望する方は、選挙管理委員会までご連絡ください。



# 龍ヶ崎市投票所位置図



概略図ですので、詳細はお問い合わせください。



## 各投票区と投票所

図面 番号	投票区	投票所	区域
①	龍ヶ崎第一投票区	龍ヶ崎コミュニティセンター	根町下区、城下区、愛戸区、出し山一区、出し山二区、野原区
②	龍ヶ崎第二投票区	上町会館	新町区、新町南区、上町上区、栄町区、高砂区、直舩区
③	龍ヶ崎第三投票区	横町会館	上町中区、上町下区、上町東区、横町区、田町区
④	龍ヶ崎第四投票区	米町会館	米町東区、米町西区、米町南区、水門一区、水門二区、馴馬町上米区
⑤	龍ヶ崎第五投票区	下町会館	下町北区、下町南区、下町東第一区、下町東第二区
⑥	龍ヶ崎第六投票区	城南中学校体育館	砂町上区、砂町下区、戸張区、緑町区、上大徳新町区
⑦	龍ヶ崎第七投票区	龍ヶ崎市役所	根町北区、根町南区、富士見一区、富士見二区、馴馬町中曾根区
⑧	大宮投票区	大宮コミュニティセンター	上大徳区、深堀区、久夫区、梶内区、宮前区、宮淵上区、宮淵下区、関区、小関区、小山区、千秋区、北河原区、上佐沼区、下佐沼区
⑨	長戸投票区	長戸コミュニティセンター	長峰町区、半田町区、塗高区、下塗戸区、板橋町区、大塚町区、向陽台
⑩	龍ヶ岡第一投票区	城ノ内中学校体育館	上八代区、中八代区、下八代区、下羽原区、城ノ内三区、城ノ内四区、城ノ内五区、城ノ内六区、白羽一区、白羽二区
⑪	龍ヶ岡第二投票区	さんさん館	城ノ内一区、城ノ内二区、藤ヶ丘六区、藤ヶ丘七区、松ヶ丘一区、松ヶ丘二区、松ヶ丘三区、松ヶ丘四区、中里
⑫	龍ヶ岡第三投票区	八原コミュニティセンター	上羽原区、上貝原塚区（藤ヶ丘一丁目含む）、中貝原塚区、下貝原塚区、上泉区、下泉区、薄倉町区、女化町区、藤ヶ丘二区、藤ヶ丘三区、藤ヶ丘四丁目、藤ヶ丘五区
⑬	佐貴第一投票区	馴柴コミュニティセンター	南中島北一区、南中島南一区、南中島二区、川崎町区、昭和区、稻荷新田町区、佐貴二区、佐貴五区
⑭	佐貴第二投票区	佐貴東会館	佐貴一区、佐貴三区、佐貴四の一区、佐貴四の二区
⑮	佐貴第三投票区	佐貴西会館	庄兵衛新田町区、小通幸谷町一区（稗柄町のみ）、後佐貴区、佐貴浦区、中佐貴区、浅間ヶ浦区、前佐貴区、佐貴南区
⑯	佐貴第四投票区	マンハイム佐貴集会所	小通幸谷町一区（稗柄町を除く）、小通幸谷町二区、佐貴台区、立羽区
⑰	馴馬台第一投票区	馴馬財産区会館	水表区、上宿区、下宿区、横田区、馴馬町南区
⑱	馴馬台第二投票区	馴馬台コミュニティセンター	小柴、平台
⑲	北竜台第一投票区	松葉コミュニティセンター	若柴町一区、若柴町二区、若柴町三区、松葉
⑳	北竜台第二投票区	長山コミュニティセンター	長山前区、長山
㉑	北竜台第三投票区	久保台コミュニティセンター	別所町区、中根台、久保台
㉒	川原代第一投票区	川原代コミュニティセンター	姫宮区、知手区、芳黄区、中坪区、紅葉内区、道仙田区、砂波区、西道内区、入地町一区、紅葉内住宅区
㉓	川原代第二投票区	城西中学校武道館	小屋区、花丸区、中郷区
㉔	北文間第一投票区	北文間コミュニティセンター	長沖町区、豊田町区、長沖新田町区、高須町区、須藤堀町本田区、須藤堀町新田区
㉕	北文間第二投票区	南が丘自治会館	北方町区、羽黒町区、南が丘区

区域は旧行政区をもとに記載してあります。詳しくは後日郵送される入場券をご確認ください。

～龍ヶ崎市商店街通り 約 1.8km を歩行者天国！～

龍ヶ崎商業まつり

第3回茨城県

# 「いがっぺ市」& ご当地コロッケ横丁 in 龍ヶ崎!

■問い合わせ：龍ヶ崎市商工会 ☎ 62-1444

## 11月23日（金・祝）10:00～15:30 / 荒天中止

毎年11月23日の「勤労感謝の日」に商店街をあげて開催している「いがっぺ市」。本町商店街通り約1.8kmを歩行者天国にして、ダンスパフォーマンスやミニコンサートなど、さまざまなイベントや物産販売を実施します。

また、今回は「第3回茨城県ご当地コロッケ横丁 in 龍ヶ崎」を砂町商店街で同時開催します！

### 食の祭典 上町・にぎわい広場

県内外のグルメが大集合!! 食欲の秋、ぜひ食べ比べてみてください♪

#### 県外のグルメ

北海道  
新得町

じゃがいも  
新そば

宮城県  
仙台市

牛タン焼き

福島県  
相馬市

海産物  
あんこうから揚げ

栃木県  
宇都宮市

宇都宮餃子

佐野市  
佐野ラーメン

埼玉県  
東松山市

みそだれ焼鳥  
みそだれホルモン

千葉県  
銚子市

ぬれ煎餅

勝浦市  
カツオフライ  
房総ひもの

東京都  
葛飾区

元祖あげもんじゃ

神奈川県  
横須賀市

よこすか海軍  
カレー

静岡県  
富士宮市

富士宮やきそば

#### 県内のグルメ

土浦市

グランプリ受賞の唐揚げ

高萩市

フルーツほおずき

北茨城市

いか焼き  
海産物

笠間市

いなり寿司

大洗町

みそだれ焼鳥  
ホルモンラーメン

ひたちなか市

那珂湊焼きそば  
ほしいも

筑西市

下館ラーメン

稲敷市

稲しきのあげ餅

かすみがうら市

レンコン焼きそば

大子町

奥久慈しゃも焼鳥  
おやき

常総市

唐揚げ

神栖市

究極のメロンパン

取手市

鳥手羽

龍ヶ崎市

龍ヶ崎ホルモン  
チャーシュー丼

※出店は変更の場合あり

## 第3回茨城県ご当地コロッケ横丁 in 龍ヶ崎 砂町商店街

県内各地のご当地コロッケのほか、静岡県三島市と岐阜県飛騨市が特別出店！

### 特別出店

静岡県三島市

みしまコロッケ

岐阜県飛騨市

ひだコロッケ

### 県内のご当地コロッケ

水戸市

常陸牛コロッケ

稲敷市

- れんこん豚コロ
- レンコンコロッケ

龍ヶ崎市

- まいんコロッケ
- ばあちゃんコロッケ
- 十一野菜の米粉クリームコロッケ
- たっぷりチーズのとろ〜りコロッケ
- はんぺんコロッケ / 竜ヶ崎二高
- 愛龍コロッケ / 愛国学園高校
- 城南中学校オリジナルコロッケ

牛久市

ローズポーク  
コロッケ

鉾田市

いばらき地養豚  
ふわとろコロッケ

大洗町

ずわいかに  
たっぷりコロッケ

常陸大宮市

瑞穂牛コロッケ

## ステージイベント

にぎわい広場ステージ (上町)

- どんらこ体操
- よさこいソーラン「天莊中村組」
- 竜ヶ崎一高吹奏楽部コンサート
- 龍神太鼓保存会
- 茨城県警音楽隊コンサート
- キッズダンス「D-Life」
- よさこいソーラン「舞姫」
- 龍ヶ崎相撲甚句会

## ミニ上棟式 新町駐車場そば

建設技能者組合主催による「ミニ上棟式」や、鳶職組合による「はしごのり」を開催します。

### ■はしごのり

① 11:20 ② 13:35 ③ 14:30

### ■餅まき

① 11:50 ② 13:00 ③ 14:00  
④ 14:50

## 商業まつり 大抽選会

砂町・高橋肉店駐車場

豪華商品が当たる大抽選会！  
詳しくは **11月22日(木)**  
**の新聞折込チラシ**をご覧ください。

## 銀座木村家「酒種あんぱん」

上町・旧NTT前



当市出身の木村安兵衛が考案した「銀座木村家のあんぱん」。

安兵衛の出身地のお祭りということで、即売会を特別開催！数量限定の早いもの勝ちです！

## 茨城県元気な森林づくり活動

### 「マルチ椅子作り体験」

にぎわい広場

茨城県産木材を使用した無料のマルチ椅子作り体験。親子で作る楽しさを体験しよう！

▶ **対象・定員**：親子先着約 100 組  
▶ **問**：秋山 ☎ 62-0107

## セグウェイ無料体験

下町・路上



話題の「セグウェイ」に乗ってみよう！上手に乗れるかな？

## 自衛隊による特殊車輛の展示

米町

特殊車輛 (87 式偵察警戒車) の展示や制服の試着体験ができます！



## 地域安全キャンペーン

午前 10 時砂町スタート

茨城県警音楽隊約 30 人を先頭に、龍ヶ崎市交通少年団など総勢 100 人が交通安全パレードを行います。

## 駐車場のお知らせ

駐車場は下記をご利用ください。

- 龍ヶ崎市役所
- 流通経済大学正門前駐車場
- 株式会社 KCM 龍ヶ崎工場駐車場

各駐車場を経由し、コロッケ横丁と食の祭典の各会場付近に停車する無料シャトルバスを運行します。ご協力をお願いします。

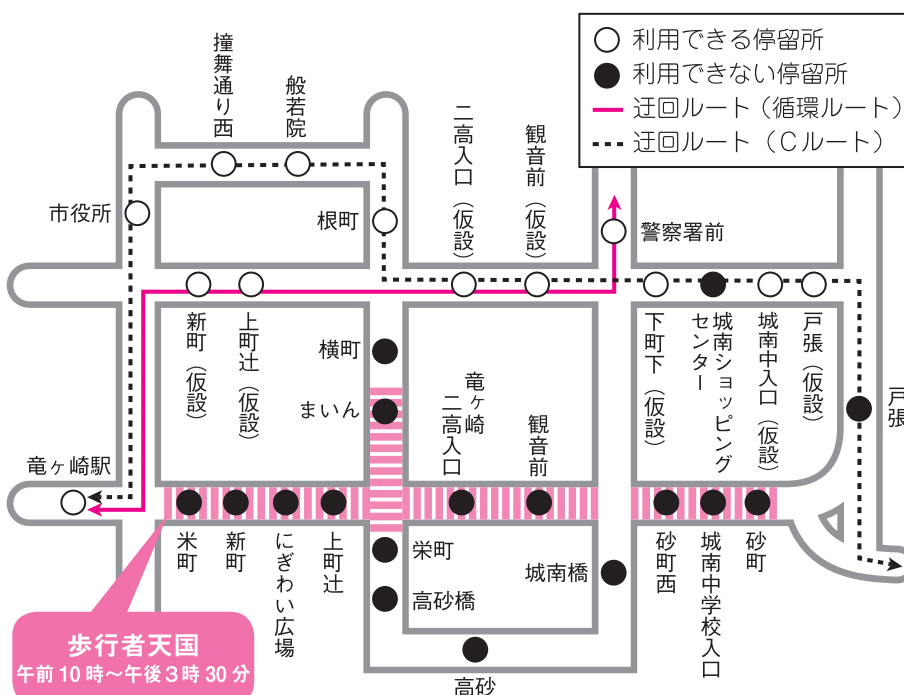
## コミュニティバス迂回運行のお知らせ

11月23日(金・祝)は、コミュニティバスの循環ルートとCルートは一部迂回運行します。迂回ルートには仮設の停留所を設置しますので、そちらをご利用ください。

▼ 迂回する時間帯…**【内回り】4 便目〜8 便目**  
**【外回り】2 便目〜7 便目**

▼ **【Cルート】2 便目〜4 便目**

▼ **問**… 交通防犯課交通政策グループ ☎ 内線 491



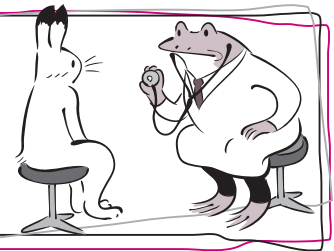
**歩行者天国**  
午前 10 時〜午後 3 時 30 分



11月14日は世界糖尿病デーです

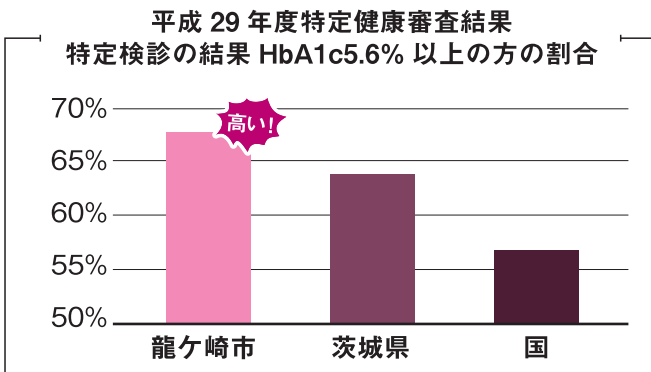
# 糖尿病を予防しよう!!

■問い合わせ：保健センター ☎ 64-1039



平成28年度の検査結果によると、糖尿病が強く疑われる方・糖尿病の可能性を強く疑われる方を合わせると、日本での糖尿病患者は推定で2,000万人いると言われています。

当市の平成29年度特定健康診査結果をみると、茨城県や国と比べて特定保健指導の対象となるHbA1cが5.6%以上の方の割合が高くなっています。

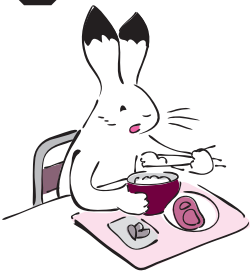


HbA1cの基準値

HbA1cの値	治療の必要性
6.5% 以上	要医療
5.6 ~ 6.4%	要指導
5.5% 以下	異常なし

HbA1cとは…  
過去1~2カ月間の平均血糖値のこと。  
数値が多いほど早期の治療が必要です。

## 糖尿病予防のためには、まず食事から



食べ物によって、血糖の上がり方が変わります。一般的に炭水化物（ご飯・パン・麺類など）は胃の中にとどまっている時間が短いので、食後の血糖が上がりやすくなってしまいます。

逆に野菜や海藻・きのこ類は食物繊維が多く消化吸収に時間がかかるので、食後の血糖の上昇が緩やかになります。

血糖値の気になる方は、毎食野菜のおかずから食べる習慣にすると、血糖値の改善につながっていきます。



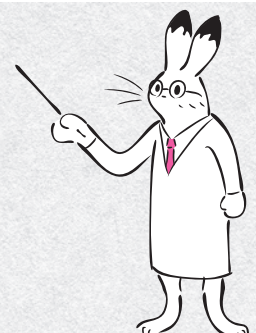
いきなりご飯などの主食から食べるのではなく、副菜→主菜→主食の順に食べましょう。

## ヘルス講演会のお知らせ

### 『糖尿病対策は先手必勝』

HbA1c5.6 ~ 6.4%の要指導の方を中心に、改善のポイントをお話します。

- ▶日時：12月7日（金）午後2時30分～4時
- ▶場所：保健センター
- ▶講師：飯野クリニック副院長・小林和人先生



# 冬の感染症「ノロウイルス」に注意！

■問い合わせ：保健センター ☎ 64-1039

冬はノロウイルスが流行します。ノロウイルスは、口から体の中に入り感染します。感染予防の基本は『**手洗い**』です。外出後・調理前・食事前・トイレ後には、**石けん**を使って、**30秒以上手を洗い**ましょう！  
消毒用アルコールはノロウイルスには効果がありませんので、ご注意ください。

## 感染の原因は？

- ① ウイルスに感染した二枚貝などを、生または十分加熱しないで食べた
- ② 食品を取り扱う人が感染していて、その人を介してウイルスで汚染された食品を食べた
- ③ 患者の便やおう吐物から二次感染した



その他にも、ヒト同士が接触する機会が多いところで、ヒトからヒトへ直接感染するケースも多いと言われています。

## ノロウイルスに感染するとどうなるの？

潜伏期間は約12～48時間で、主な症状はおう吐、下痢、腹痛で発熱は軽度です。これらの症状が1～2日続いた後、治ります。症状が消えても数日、長い人で1カ月近く、ウイルスが便とともに排出されます。ノロウイルスは何度でも感染します。子どもや高齢者など抵抗力が弱い人は、特に注意が必要です。



## ノロウイルスを予防するには？

- ① とにかく**石けん**（液体石けんがおすすめ）で手をよく洗う

- ② 患者の便やおう吐物には、**直接触れない**

患者の便やおう吐物には、大量のウイルスが含まれています。ノロウイルスは少量（10～100個程度）でも、手などを介して感染します。便やおう吐物は使い捨ての手袋・マスクなどを着用して処理しましょう。処理後は、手袋を外してしっかり手を洗い、うがいをしましょう。

- ③ 汚染された場所や衣類などを**消毒する**

### ・消毒液（次亜塩素酸ナトリウム）の作り方・

市販の塩素系消毒液や漂白剤は、6%くらいの濃度です。使用前に表示を確認してください。消毒液は2ℓの空ペットボトルなどを用い、簡単に作れます。ちなみにペットボトルのキャップ一杯は約5mlです。

濃度	消毒対象	作り方
1,000ppm (0.1%)	便やおう吐物が付着した床など	ペットボトルキャップ <b>8杯強</b> の原液を水で <b>2ℓ</b> に希釈する
200ppm (0.02%)	食器・衣類、トイレの便座やドアノブ、手すりなど	ペットボトルキャップ <b>2杯弱</b> の原液を水で <b>2ℓ</b> に希釈する ※衣類が色落ちしたり、金属が腐食したりすることがありますのでご注意ください

- ④ カキやアサリなど二枚貝の**加熱処理を徹底**する。食品の中心部で**85～90℃**で**90秒間以上**加熱しましょう

**首都圏で**  
**風しん患者 急増中!!**

風しんの患者累積報告数が大幅に増加しています。茨城県でも37人（10月14日現在）の患者が報告され、ここ数年の報告数をすでに超えるなど、急増しています。

患者の多くは**30代から50代の男性**です。この年代の男性は、風しんの免疫がない方が多いことが影響していると言われています。風しんは「三日はしか」とも呼ばれ、麻しんに似た症状がでます。

また、妊娠中に感染すると、赤ちゃんの目・耳・心臓に障害が生じる「先天性風しん症候群」を引き起こす恐れがあります。

## 風しんを予防するには？

最も有効な方法は、『**予防接種**』です。30代から50代の男性や妊婦の夫・同居家族、妊娠を希望する女性のうち、風しんにかかったことがない、予防接種を受けたことがない方は、かかりつけ医に相談の上、予防接種を受けることをお勧めします。

### 注意事項

妊娠中は接種できません。また、予防接種後2カ月間は避妊が必要です。



いつも身近に！

地域包括支援センターです。



■申し込み・問い合わせ：地域包括支援センター（健幸長寿課内）☎内線 277

## ●「高齢者の居場所づくり」活動を支援します～高齢者地域ふれあいサロン活動支援事業～

「高齢者地域ふれあいサロン」は、地域に身近な場所で誰もが気軽に立ち寄れ、自由な時間を過ごすことができる場です。活動を始めたい方の支援を行っています。

### ■ 活動内容

活動が営利活動につながるもの、拠点となる場所がないもの、単一の活動は対象になりません。

- ①介護予防活動を含む高齢者の健康・生きがいなどに関する趣味活動または教養講座などの開催による高齢者相互の交流
- ②高齢者と認知症、もしくは障がいのある方との交流、または子どもなどとの世代間交流

### ■ 支援の基準

- ①上記の活動が1日2時間以上、かつ週1日以上開催していること
- ②利用する高齢者が、開催1回当たり5人以上であること

### ■ 申請方法

申請書に記入し、健幸長寿課窓口に持参。申請後、審査を経て決定します。申請書は窓口または市公式ホームページからダウンロード。

### ■ 現在活動を支援している団体

団体名	場所	内容	参加人数
浅間ヶ浦自治会サークル活動	浅間ヶ浦自治会館	編み物・体操・木目込み人形・手芸・読書など	約10人
関区わいわいサロン	大徳町関区公民館	パッチワーク・転倒予防に関する話し合いなど	6人
城ノ内いきいきサロン	新世紀邑コミュニティハウス	体操・習字・歌唱・ステンシル・ナンプレなど	約20人
長山高齢者ふれあいサロン	長山コミュニティセンター	体操、ビデオ鑑賞など	約25人
ふれあいサロンつどい	個人宅（竜ヶ崎駅近く）	健康麻雀、お絵かき、CDコンサート、読書会など	5人

### ■ 支援内容

#### ①活動開始準備費

活動を開始した初年度に限り、開始に当たっての機材・資材・書籍の購入費、チラシ・ポスターなどの印刷費、看板代、材料費、消耗品費などの準備に係る費用に対して、10万円を上限に支給。

#### ②活動費

参加人数・開催頻度に応じて、活動費として年額5～10万円を支援します。なお、活動開始時期または活動終了時期が年度途中の場合は、活動期間に応じた支給割合相当額を支給。

#### ③活動場所維持費

活動場所の賃貸借契約を結び賃借料として支払った費用に対し、月2万円を上限に実費を支給。

### ■ 申請期間

11月12日（月）～12月7日（金）

## ● 認知症の方や認知症の家族を支えるご家族へ

### ■ オレンジカフェリゅう

認知症の方とその家族の支えあいの場です。現在10～20の方が参加され、脳トレや体操・語らいの時間を過ごしています。参加者からは、「ゆっくり話すことができてよかった」「気持ちが分かってもらえるので安心できた」という感想がありました。

▶日時：11月14日・12月12日（毎月第2水曜日）  
午後1時～3時

▶場所：地域福祉会館

### ■ 介護者のつどい

介護している方が情報交換を通じて交流を図っています。参加者から「皆さんの話を聞いて、大変なのは自分だけではないことが分かって安心した」「状態はそれぞれ違うが、工夫をしていることを参考にしたい」という感想がありました。

▶日時：11月20日・12月6日（毎月第3火曜日・第1木曜日）午後1時30分～3時30分

▶場所：地域福祉会館



## ● 『ずっと元気で龍ヶ崎～最後まで自分らしく～』 在宅医療・介護連携推進会議の取り組みについて

地域包括ケアシステム（住み慣れた地域で暮らし続けることのできる体制・仕組み）の構築を目指し、専門職や地域の皆さんと協力して在宅医療・介護連携推進会議を開催しています。在宅医療・介護連携推進会議は、専門職（医師・歯科医師・薬剤師・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・管理栄養士・精神保健福祉士・看護師・ケアマネジャー・社会福祉士・保健師など）と民生委員や社会福祉協議会などが、3つの部会で活動しています。

### ① 地域ケア部会（毎月開催）

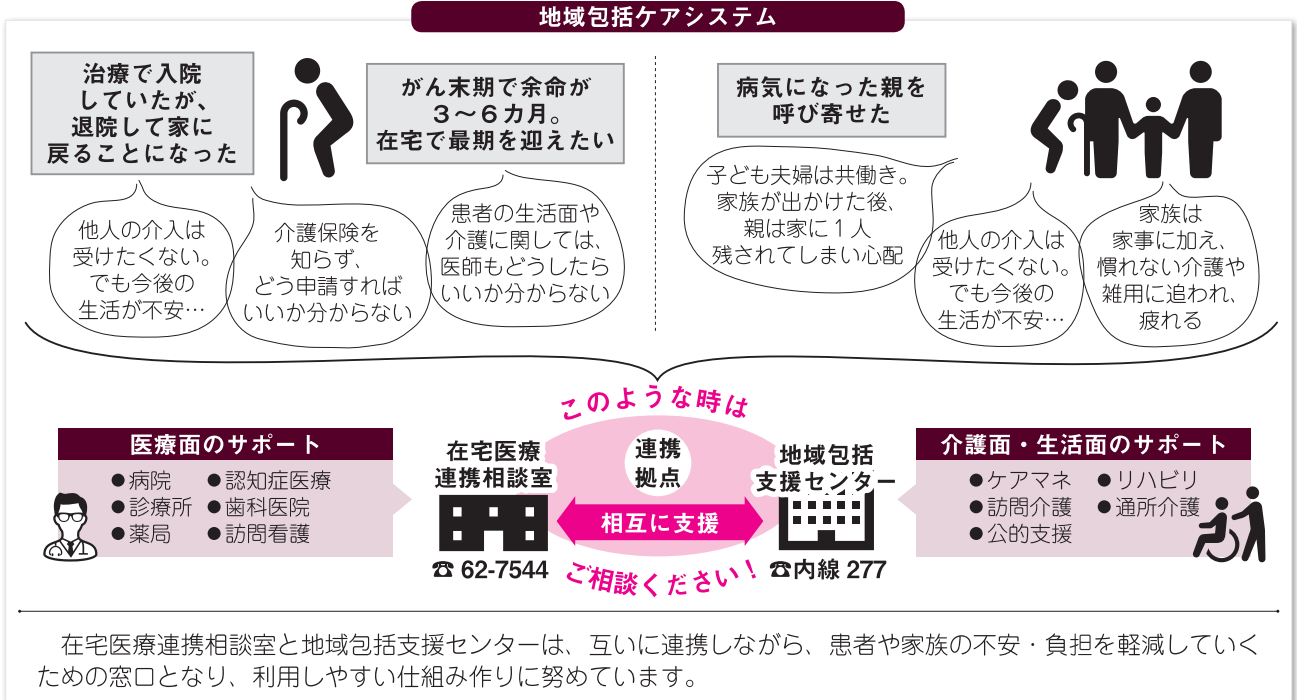
事例検討を通じて地域の課題を把握し、解決できる方法を検討。

### ② 連携推進部会（毎月開催）

- 医療機関や介護施設などの情報を共有できる「龍ヶ崎市医療介護情報連携シート（案）」を作成
- 当市の現状や介護サービス内容をまとめた動画を作成。地域での上映会を予定

### ③ 認知症初期集中支援チーム 検討委員会（年2回開催）

チーム員会議を行った処遇困難なケースについての報告会および会議運営の評価を行う。



## ● 講座・事業のご案内

参加無料

### ■ 上手な年の重ね方講座

権利擁護の知識について理解を深めませんか。全3回。1回のみ参加も可。

日時	内容	講師
11月22日(木)	消費者被害について	市消費生活相談員
12月5日(水)	認知症について学ぼう	訪問看護ステーション竜ヶ崎 大友啓二郎氏
12月21日(金)	成年後見制度を知ろう	有川法律事務所 有川保氏

- ▶ 時間：午後1時30分～3時
- ▶ 場所：市役所附属棟・1階第1会議室
- ▶ 対象：市内在住の方でおおむね50歳以上の方
- ▶ 定員：先着30人
- ▶ 申し込み方法：当日までに電話か窓口で申し込み

### ■ 龍ヶ崎市生活支援サポーター（かじサポ）養成研修

高齢者生活支援に必要な基礎知識を学びます。研修後に認定証を交付された方は、市内の指定訪問介護事業所で仕事をすることができます。無料。

- ▶ 日時：11月29日(木)・30日(金)  
午前9時～午後3時30分
- ▶ 場所：地域福祉会館・大会議室
- ▶ 講師：流通経済大学・村田典子教授ほか
- ▶ 対象：市内在住の18歳以上で、両日参加できる方
- ▶ 定員：20人
- ▶ 持ち物：筆記用具・昼食・飲み物・認定証用の証明写真(3cm×2.4cm)
- ▶ 申し込み方法：11月22日(木)までに電話か窓口で申し込み

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんの健康や生活上の不安、介護に関する事など、本人・家族からの相談・支援を行っています。お気軽にご相談ください。



# 住宅用火災警報器を設置しよう！

いざという時命を守る

■問い合わせ…危機管理課消防防災グループ ☎内線351



住宅火災による死者の7割が「逃げ遅れ」によるものです。「逃げ遅れ」の割合が非常に高い一方で、より早く火災の発生を知っていれば助かった事例が多いと言われています。火災を早期に感知する住宅用火災警報器は設置が義務付けられています。まだ設置していない方は、この機会にぜひ設置してください！

## 購入時の注意点

住宅用火災警報器を購入するときは、「NSマーク」または「検定マーク」の付いた物を選ぶようにしましょう。このマークは住宅用火災警報器の性能や感度などが基準に合格した証として、日本消防検定協会または第三者機関が鑑定したものです。



## 悪質な訪問販売に

ご注意ください！

- 消防署や市町村が直接住宅用火災警報器を訪問販売することはありません
- 住宅用火災警報器はクーリングオフ対象商品です。購入でのト

## 住宅用火災警報器の交換は10年が目安です

住宅用火災警報器の設置が義務化されてから、10年以上が経過しました。ご家庭に設置してある警報器を点検し、早めに交換しましょう。

ラブルは消費生活センター ☎64・1120へご相談ください

## 住宅用火災警報器の推計設置率 (平成30年6月1日時点)

対象	設置率
国	81.6%
茨城県	71.8%
龍ヶ崎市	74.31%

目指せ100%!

〔引用元〕総務省消防庁ホームページ  
／稲敷広域消防本部ホームページ

## 日本の天候を支配する 偏西風



テレビやラジオの天気の解説の中で、「偏西風」という言葉が出てきます。この偏西風というのは、日本付近の上空をほぼ西から東へと流れている風のことです。日々の天気の変化は、大まかに言えば低気圧や高気圧によってもたらされます。これらの低気圧や高気圧は、偏西風の流れに乗って次々と日本付近を通過していきますので、適当な間隔で雨の日や曇りの日、あるいは晴れの日などが交互に現れています。特に秋や春の天気は周期的に変わっています。

ところが時には、この偏西風の流れが西から東に向かって滑らかに流れるのではなく、南北方向に大きく波を打って流れることがあります。このような流れになることを「偏西風の蛇行」と言いますが、この偏西風の蛇行した流れは異常気象を引き起こすこともあります。

偏西風が「蛇行した流れ」になると、その流れが北から南へ向かっていると、北極からの冷たい空気が流れ込みます。逆に南から北への流れとなると

いるところには、赤道の方からの暖かい空気が流れ込みます。その結果、夏ならば平年より気温の低い冷夏となったり、逆に平年以上に気温の高い暑夏が現れることとなります。

このように、夏の天候や冬の天候などは、偏西風の流れと深い関係があり、顕著な場合には異常気象となることもあります。

今年の冬の天候はどのようなものになるのでしょうか。

9月下旬に気象庁から寒候期予報が発表されました。それによると、この冬の関東地方の気温は、北からの寒気の影響が弱いため、平年並か平年より暖かい冬になる公算が高いと予報されています。

さて、今年も龍ヶ崎市の気象防災のアドバイザーとして勤めさせていただきました。今年は全国的に見ますと、記録的に暑い夏、「平成30年7月豪雨」や度々の台風襲来、また「平成30年北海道胆振東部地震」など、さまざまな自然災害に見舞われました。防災・減災日本一を掲げるこの龍ヶ崎市は、幸いにも大きな災害に遭うことはありませんでした。やはりこのような目標を掲げ、日ごろからの備えを行っておくことの大切さを身に染みて感じた夏でした。

これからも皆さんのお力で、防災対応のモデル市として「日本一安全・安心な龍ヶ崎市」の評価を高めていかれることを祈念いたします。中山市長はじめ多くの皆さんに大変お世話になりました。心から感謝申し上げます。

龍ヶ崎市気象防災アドバイザー

酒井重典



# 野焼きは禁止です!!

■問い合わせ：環境対策課  
環境保全グループ ☎内線 424

野焼きは、一定の焼却設備を使わずに、ごみなどの廃棄物をそのまま燃やしてしまう行為のことです。屋外での野焼きは、例外を除いて「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」や県条例で禁止されています。

## 一定の焼却設備

次の廃棄物焼却炉の構造基準を満たしているもの。

- ごみを燃焼室で 800℃以上の状態で燃やすることができるもの
- 燃焼室での温度を測定できる装置がある
- 燃焼に必要な量の空気の通風が行われるものである
- 高温で燃焼できるよう助燃装置がある
- 外気と遮断された状態でごみを燃焼室に投入できる

など

## 野焼きができる「例外」

- たき火その他日常生活を営む上で、通常行われるもので軽微な場合
- 国または地方公共団体が施設の管理を行う場合
- 農業、林業、漁業を営むためにやむを得ない場合  
{ この場合の農業などは業として行っている場合で、  
 { 規模にかかわらず家庭菜園などは該当しません。 }
- 風俗習慣上または宗教上の行事を行うために必要な場合
- 震災、風水害、その他の災害の予防・応急対策・復旧のために必要な場合

## 違反した場合

5年以下の懲役 または 1,000万円以下の罰金 または その両方 が課せられます

気を付けて!

## あなたの土地が狙われています!!

～廃棄物の不法投棄・残土の無許可埋立てにご注意ください～

■問い合わせ：環境対策課環境保全グループ ☎内線 424 / 茨城県廃棄物対策課 ☎ 029-301-3033

「一時的に資材置き場として土地を貸してほしい」「良い土で土地を埋め立ててあげます」などうまい話を持ちかけられ、安易に同意してしまった結果、廃棄物を不法投棄されたり、無許可で建設残土などを埋め立てられたりする事例が発生しています。

これらの責任や処理費用の負担は、行為者だけでなく土地所有者に及ぶこともあります。このようなトラブルに巻き込まれないよう、自分の土地は自分の手で守りましょう。



## こんな被害が発生しています!

- 資材置場に使うと言われて土地を貸したら、**大量の廃棄物が搬入された**
- 埋め立てに同意したら、**聞いていた以上の残土の山にされた**
- 遊休地にいつの間にか**不法投棄**されていた

悪質な事業者は、金銭や甘い言葉・うまい話で土地利用の同意を得ようとします。同意を得ると、法律などや手続きを無視して、短期間のうちに廃棄物などを大量に持ち込んだりします。場合によっては、周りの土地まで行為が拡大します。

さらに、事業者が行方不明となった場合は**土地所有者が撤去などの対応をしなければならないなど、莫大な損害を受けるケース**があります。



不法投棄・野焼きを見つけたら「**不法投棄 110 番**」へ通報を!!

フリーダイヤル **いつもみんなでむらなく みはれ**

**☎ 0120-536-380**

受付時間：平日午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

受付時間外は  
最寄りの警察署へ  
ご連絡ください!



# 祝 **ご長寿おめでとうございます!**

■問い合わせ：介護福祉課高齢福祉グループ ☎内線 283

国・龍ヶ崎市ではそれぞれ毎年、年度内に 100 歳を迎えるご長寿の皆さんに、ほう状や記念品などを贈呈しています。

敬老の日にあたり、市では対象となった方を訪問し、ほう状などを手渡ししながらご長寿を祝いました。その中から、10 人の方を紹介します。 ※9月17日時点での情報を掲載しています

## 市内の最高齢は小野花子さん(104歳)です!



## 100歳おめでとうございます!



関口 貢さん



佐竹 久子さん



寺田 美枝さん



舟曳 みつ子さん



仲久木 ますさん



小更 八千代さん



二宅 のぶ子さん



中山 はるさん



栗山 みち子さん

## お知らせ

### たつのこアリーナ プール施設休館のお知らせ

11月12日(月)～16日(金)は定期点検のため、プール施設を休館します。ご理解・ご協力をお願いします。

▼問：たつのこアリーナ ☎64・8674

### 市民窓口ステーション 休業日のお知らせ

11月27日(火)はショッピングセンターサプラ休館日に伴い、市民窓口ステーションも休業します。ご理解とご協力をお願いします。

▼問：市民窓口ステーション ☎66・0650

### 文化会館大ホールの改修工事を実施します

施設の安全性・利便性向上のため、大ホールの天井耐震化工事および照明LED化工事を実施します。工事期間中は、大ホールを利用できません。ご理解・ご協力をお願いします。

▼工事期間：平成31年1月中旬旬～9月末予定 / 大ホール以

外の施設は通常利用可能です  
▼問：文化・生涯学習課 文  
化学習推進グループ ☎内線  
228

### 平成30年度冬休み期間の学童保育ルーム入所申込の受け付けを行います

▼開所日：12月25日～28日・平成31年1月4日・5日(6日間) / 5日(土)は希望者のみ  
▼申し込み方法：11月5日(月)～22日(木)に文化・生涯学習課で申し込み。出張所・保育ルームでの手続き不可  
▼その他：申込書類は窓口で配布または市公式HPからダウンロード / 書類不備の場合は受理できません  
▼問：文化・生涯学習課 青少年育成グループ ☎内線235

### リサイクルブック

図書館で使わなくなった図書を、市民の方に無料で配布します。冊数制限なし・本が無くなり次第終了。持ち帰りの袋をお持ちください。

▼日時：11月24日(土) 午前9時30分～午後3時  
▼場所：中央図書館・2階鑑賞室  
▼問：中央図書館 ☎64・2202

### 11(いい)月30(みらい)日は「年金の日」です!!

「ねんきんネット」は、インターネットを通じていつでも自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額をご自身の年金記録を基にさまざまなパターンで計算することもできます。年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか? 「ねんきんネット」の詳細は、日本年金機構HPをご覧ください。お問い合わせください。

▼問：土浦年金事務所 ☎029・825・1170

### 住宅修理サービスの契約トラブルに注意!

「火災保険を使って自己負担なく住宅の修理ができる」「保険金が出るようにサポートする」などと勧誘する住宅修理サービスに関する相談が多く寄せられています。高額なキャンセル料や手数料などを請求されるトラブルも発生しています。保険の対象になるのかなどの疑問があれば、加入している保険会社に問い合わせましょう。また、電話勧誘や訪問販売で契約した場合、クーリングオフができる場合

合もあるので、契約に不安がある場合には早めに消費生活センターにご相談ください。

▼問：消費生活センター ☎64・1120

### 10月1日～11月30日は「麻薬・覚醒剤乱用防止運動」実施期間です

麻薬・覚醒剤・大麻・シンナー・危険ドラッグなどの薬物乱用は、乱用者の健康上の問題にとどまらず、各種犯罪の誘因などの危害をもたらします。薬物の恐ろしさを正しく認識して薬物乱用を根絶しましょう。

▼問：竜ヶ崎保健所衛生課 ☎62・2163

## イベント

### 遊びの拠点づくり事業

たつのこプレーパーク 第12回たつのこ遊んじゃ王 プレーパークとは、自然の素材や廃材を使った工作や自然と触れ合う遊びなどで、子どもたちの自己責任のもと自由に遊んでもらう場を提供する事業です。例えば秘密基地を作ったり、キャタピラ競争をしたり。当日は途中

### 平成31・32年度競争入札参加資格審査申請書の定期受付を行います

▼問：契約検査課 ☎内線 442

業種により提出書類・受付場所が異なります。建設工事・測量(建設コンサルタント含む)は市役所で受け付けできませんのでご注意ください。詳しくは市公式HP「事業者の方へ」内「入札・契約」から「龍ヶ崎市平成31・32年度競争入札参加資格審査申請の手引」をご覧ください。

業種	建設工事・測量(建設コンサルタント含む)	物品製造等(物品の製造・買入れ・売払い・役務の提供など)
受付期間	11月6日(火)～12月3日(月)	
申請方法	原則として電子申請。提出書類を書留郵便で郵送(当日消印有効)	
受付場所	〒310-8555 水戸市笠原町978-6 茨城県庁内共同受付センター	〒301-8611 龍ヶ崎市3710 龍ヶ崎市総務部契約検査課

●DVのご相談は…県福祉相談センター(婦人相談室) ☎029・221・4166

参加もOK! 会場内に用意

した素材の使用も自由! 興味のある大人の参加も大歓迎です! どんな遊びができるかな? 普段できないような遊びで思いっきり楽しみましょう!

▼日時・11月10日(土) 午前10時〜午後3時/小雨決行▼場所・龍ヶ岡公園(たつのこやま) たつのこステージ▼問・文化・生涯学習課青少年育成グループ ☎内線235

## みんなで保存を考えよう! 竹内農場西洋館 見学会&フォーラム

長山回集合。駐車場は長山小学校(予定)。駐車台数に限りがありますので、公共交通をご利用ください。施設間の移動は徒歩。スリッパ持参。  
▼日時・場所・11月18日(日) ①見学会 午後1時〜2時30分・竹内農場西洋館(若柴町) / ②フォーラム 午後3時〜5時30分・長山回定員・60人▼料金・100円▼申し込み方法・11月8日(木) から電話受付/平日午前9時〜午後5時▼申・文化・生涯学習課文化学習推進グループ ☎内線221▼問・NPO法人龍ヶ崎の価値ある建造物を保存する市民の会・前田 ☎080

・6637・1950

## ドキュメンタリー 牛山純一の世界

当市に縁の深い世界的ドキュメンタリスト、故・牛山純一さんの作品を上映します。予約不要・無料。

▼日時・11月18日(日) 午後2時から▼場所・中央図書館・2階鑑賞室▼上映作品・『ポピュラーサイエンス 知られざる世界』『これが女王ヒミコのお化粧!! 赤い骨のナゾ』『巨大ピラミッドは天文台? 日本の宇宙人伝説』50分▼定員・30人▼問・中央図書館 ☎64・2202

## 陸上自衛隊武器学校 駐屯地開設66周年記念行事

記念式典、装備品展示、戦車搭乗体験、各種イベントなど。  
▼日時・11月10日(土) 午前9時〜午後3時▼場所・陸上自衛隊土浦駐屯地武器学校▼注意・駐車場には限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。駐屯地上空でのドローンの飛行・ペット連れでの来場禁止/雨天時は内容を一部中止・変更する場合があります▼問・陸上自衛隊武器学校広報班 ☎029・

887・1171

## 県立霞ヶ浦中学校 学校公開

授業公開・難聴疑似体験・個別相談など。無料。事前に申し込み。

▼日時・11月26日(月) 午前9時15分〜午後0時30分▼申し込み方法・11月14日(水)までにファクスまたはメールで申し込み。申込用紙は学校HPからダウンロード▼場所・申・問・県立霞ヶ浦中学校(阿見町) 相談支援部・貝塚 ☎029・889・1555  
FAX 029・889・2413  
E-mail sienbu@kasumigaura-ed.jp

## 講座・教室

### 市民活動センター主催 健康セミナー

講師は自然漢方研究所・佐藤成志先生。食生活を改善して健康な体を作り、健康寿命を延ばしましょう。1回のみの参加も可。  
▼日程・内容・11月21日(水) 食品添加物の怖さ/12月19日(水) 風邪ウイルス対策▼時間・午後1時30分〜3時30分

## 胃がん検診もできる健診日のお知らせ ▼申・問: 保健センター ☎64-1039 FAX 64-5027

龍ヶ崎市民で40歳以上の方は、保険の種類に関係なく、誰でも胃がん検診(バリウム検査)が受診できます。市の集団健診日のうち、胃がん検診が受診できる日程は下表のとおりです。胃がんは、早期に発見すれば90%以上治りますが、自覚症状のない初期の段階で発見するためには、定期的な検診の受診が欠かせません。

⚠ 11月の健診日の空きは残りわずかです。お早めに申し込みください。

日程	
11月17日(土)	平成31年1月22日(火)
11月21日(水)	1月23日(水)
11月27日(火)	1月24日(木)

各日程の受付時間・定員	
① 7:00 ~ 7:30	各20人程度
② 8:00 ~ 8:30	
③ 9:00 ~ 9:30	
④ 10:00 ~ 10:30	

※同時に大腸がん、肺がん、前立腺がん(50歳以上の男性)、B型・C型肝炎ウィルスの検診を実施しています。別途、負担金が必要です。詳しくは保健センター年間予定表をご覧ください

▶場所: 保健センター

▶料金: 胃がんバリウム検査: 1,330円/胃がんリスク検査: 1,000円(バリウム検査同時実施の方のみ可/胃粘膜の健康度で、胃がんの発生リスクを検査します)

▶申し込み方法: 予約制。健診日の10日前までに窓口かファクスまたはQRコードから申し込み





▼場所…市民活動センター・2階パソコン室▼定員…先着各30人▼料金…3000円/回  
▼申し込み方法…11月9日(金)午前9時から電話で申し込み▼申…市民活動センター ☎63・0030(月曜休館)

## 市民交流プラザ主催 ガラスフュージングでクリスマスオーナメントを作ろう!

7cmのガラス板にさまざまなガラスを乗せて、雪だるまやクリスマスツリーの形のオーナメントを作ります。

▼日時…12月8日(土) 午前10時～正午/焼成後、15日(土)以降に作品引き渡し  
▼場所…市民交流プラザ・ラウンジスペース▼講師…ガラス工房「達風」福田由紀恵さん  
▼対象・定員…小学生以上・10人/小学生は保護者同伴▼料金…1000円▼持ち物…ピンセット(貸出あり)▼申し込み方法…11月27日(火)午前9時から電話受付▼申…市民交流プラザ ☎64・0036(水曜休館)

## 八原まちづくり協議会 各種講座受講生募集

●龍ヶ崎とんび風の制作  
お正月には市民遺産認定の

「とんび風」をあげよう。

▼日時…12月2日(日) 午前10時～午後3時▼講師…龍ヶ崎とんび風研究会▼定員…先着12人/未就学児・小学校低学年は保護者も参加可▼料金…1000円(材料費)▼受付開始日…11月6日(火)

## 大人のお菓子作り講座

フォンダンシヨコラをクリスマス用に盛り付けます。  
▼日時…12月15日(土) 午前10時～正午▼定員…先着8人▼料金…1000円程度▼受付開始日…11月16日(金)

## 子どものお菓子作り講座

クリスマスデコレーションカップケーキを作ります。  
▼日時…12月26日(水) 午前10時～正午▼定員…先着8人/小学校低学年は保護者同伴▼料金…500円▼受付開始日…11月16日(金)  
▼共通事項…申し込み方法…氏名・住所・電話番号・学生の場合は学年を窓口かファクスで申し込み▼場所…申…八原 ☎64・8246

(公財)龍ヶ崎市まちづくり・文化財団主催  
豊作村「手打ちそば教室」  
風味・甘味・香りの良い常陸秋そば粉を使った手打ちそ

ば教室です。十割そばか二八そばのどちらかを選んでお申し込みください。1鉢で出来上がり4人前です

▼日時…①11月18日(日)②12月2日(日) いずれも午前10時～正午▼場所…農業公園「豊作村」会議室▼定員…各回10鉢分(申込数が5鉢に満たない場合中止)▼料金…十割そば1鉢2100円/二八そば1鉢2000円▼申し込み方法…①②いずれも11月9日(金) 午前9時から電話受付▼申…農業公園「豊作村」管理事務所 ☎60・1720(月曜休館)

子どもにもつくれる♪  
デコ巻き寿司教室  
「フレンチブルドッグ」と「うさぎ」のデコ巻き寿司  
大人だけの参加も可です。  
▼日時…11月25日(日) 午前10時～午後0時30分  
▼クリスマス企画♪「サンタ」と「雪だるま」のデコ巻き寿司  
大人だけの参加も可です。  
▼日時…12月9日(日) 午前10時～午後0時30分  
▼共通事項…場所…農業公園「豊作村」調理室▼講師…(有)横田農場▼料金…2000円

## 湯ったり館

折紙教室  
今回のテーマは「亥(いのしし)」です。  
▼日時…12月6日(木) 午前10時～午後0時30分▼講師…日本折紙協会講師・齋藤裕子先生▼定員…先着15人▼料金…500円▼申し込み方法…11月12日(月) 午前10時から電話受付

ハンカチブローチを作成します。  
▼日時…12月11日(火) 午前10時～正午▼料金…700円▼定員…先着10人▼申し込み方法…11月11日(日) 午前10時から電話受付  
▼共通事項…場所…湯ったり館 ☎60・1126

## バウンドテニス教室

テニスコートの6分の1の

大きな人工芝を引いたコートで行うスポーツです。

▼日時・場所…11月18日・25日(日) 久保台小体育館/11月20日・27日(火) 馴染小体育館/いずれも午後7時30分～9時30分※1日だけの参加可▼対象…市内在住・在勤の18歳以上の方▼定員…各10人程度▼料金…2000円/回▼持ち物…運動のできる服装・室内用運動靴・飲み物▼申し込み方法…11月13日(火)までに電話で申し込み▼申…石川 ☎090・2463・7573

## ひきこもりからの回復をめざした家族のかかわり

「家族とのコミュニケーションをどうしたら?」「回復のために支援をどうすすめるか」「家族のかかわり方」のポイントについて、臨床心理学の専門家がお話します。回復に向けたヒントを考えてみましょう。  
▼日時…11月26日(月) 午後1時30分～2時30分▼場所…阿見町総合保健福祉会館・2階講座室▼講師…川村学園女子大学心理相談センター長・簗下成子先生▼対象…ひきこもりの方の家族・ひきこもり

●DVの相談は…県福祉相談センター（婦人相談室） ☎029・221・4166

支援の従事者など▼定員…先着70人▼申し込み方法…電話で申し込み▼問・問…竜ヶ崎保健所保健指導課 ☎62・2367

## 「健康で長生きするために」自宅でできる体操を体験しましょう

生活習慣病の予防・改善のために、自宅でできる体操の体験講習です。市民の方でも参加できます。無料。

▼日時…11月24日（土）午前10時30分～11時30分▼定員…先着20人▼持ち物…ジャージなどの動きやすい服装・室内用運動靴・タオル・飲み物▼申し込み方法…11月20日（火）までに電話で申し込み▼場所…**申**・**問**…特別養護老人ホームときわぎ（若柴町）佐々木 ☎66・6000

## 募集

### 歴史散歩

商業まつり「いがっぺ市」の日に、寺社や町並みを散策しながら郷土龍ヶ崎の歴史と文化に触れてみませんか。

▼日時…11月23日（金）午前9時30分～正午▼集合場所…歴史民俗資料館▼対象…小学生以上／小学生は保護者同伴▼定員…先着30人▼料金…100円▼申し込み方法…11月9日（金）午前10時から電話か窓口で申し込み▼**問**・**問**…歴史民俗資料館 ☎64・6227

### 公益信託「エコーいばらき」環境保全基金

### 助成金給付希望者募集

県内の環境保全に関する事業を助成し、緑豊かな自然環境の保全と快適で潤いのある生活環境の創造を図り、地域社会の発展と振興に寄与することを目的に、平成4年に発足しました。次のとおり今年度の助成金給付希望者を募集します。

▼今年度の助成対象事業…①県内の環境保全活動／②県内の環境保全活動を促進するための調査研究／③県内の環境保全活動の普及啓発／④災害復旧・復興支援に関わる活動（環境保全活動に限る。また、その成果などを県内に還元する活動に限る）▼応募資格…県内の地方公共団体・営利を目的としない法人・団

体・個人※一団体につき申請は1件まで▼募集期間…11月30日（金）まで▼助成金額…1件につき30万円を限度。総額一千万円まで▼申し込み方法…助成金給付申請書を事務局までご請求ください。助成金の決定・給付は3月までに行います▼**問**…「エコーいばらき」事務局（常陽銀行営業推進部内）米川 ☎029・300・2699

### 竜ヶ崎リウマチ友の会 ヨガサークル

予約不要。リウマチでない方の参加も可。

▼日時…11月13日からの第2・4火曜日午前10時～正午▼料金…500円▼場所…馴馬台**問**▼持ち物…バスタオル・フェイスタオル▼**問**…豊田 ☎66・1718

## 相談

### ゆったりカフェ龍の会

大切な人を自死（自殺）で亡くした方が集う、分かち合いの会です。ある日突然訪れた悲しみと誰にも分かってもくれない辛さなど、ありのま

## 社会福祉協議会の無料相談

▼**問**：社会福祉協議会 ☎62-5176

種類	法律相談		心配ごと相談	
	日程	11月9日 (金)	11月30日 (金)	11月20日 (火)
時間	午後1時30分～ 3時55分 (1人あたり45分間)		午後1時30分～ 4時30分 (4時最終受付)	
場所	地域福祉会館・相談室			
申込	11月6日 (火) まで	11月27日 (火) まで	予約不要	
定員	3人／応募多数の場合は抽選／定員に満たない場合は締切後に先着順で受付		相談日にお越しください	
相談員	弁護士		心配ごと相談員	

まの思いを語り合い、支えあう場です。電話での相談も受け付けていますので、ぜひ一度ご連絡ください。

▼日時…11月24日（土）午後1時30分～3時30分▼場所…市民活動センター・小会議室▼料金…500円▼**問**…南部 ☎090・6519・3807

### 厚生労働省委託事業

### いばらき県南若者サポートステーション

若者の社会的自立を支援し、それぞれの状況に応じた

就労相談や定着・ステップアップ支援を行います。無料。事前に申し込み。

▼日時…毎月第4水曜日午後1時～5時▼場所…市民活動センター▼対象…15歳～39歳の若年無業者およびその家族▼**申**・**問**…いばらき県南若者サポートステーション ☎029・893・3380 ☎029・893・3381 ☎info@saposute-tsukuba.jp

## 子育てイベント情報

\* = 要予約。持ち物などは予約時にご確認ください

### 駅前子どもステーション 子育て支援センター

▶ 田・問 : ☎ 66-8022

U = <http://swas.jp/station/>

▶ 開館日 : 月~土 10:00 ~ 16:00

● 手作りおもちゃを作ろう 11/9 金・10 土 10:00 ~ 16:00

● 子育て支援コンシェルジュ出張相談 11/9 金 13:30 ~ 15:30

● リトミックであそぼう (2~3歳の親子) 11/10 土 11:00 ~ 11:15

● 11月生まれのお誕生会 11/15 土 11:15 ~ カードのプレゼントあり。10:45 までにお越しください

● 0歳ふれあいあそび 11/17 土 11:00 ~ 11:15

● 赤ちゃんの身体測定の日 11/17 土 10:00 ~ 16:00

● 1・2歳のキッズジム \* 11/22 土 11:00 ~ 11:30 定員6組。11/12 月から受付。イベント終了後の11:30から通常利用可

● ママの為にプラバンでアクセサリー作り \* 11/29 土 14:00 ~ 15:00 定員5組。11/12 月から受付。無料・託児あり

● 絵本読み聞かせ 11/30 金 10:00 ~

### ときわ保育園地域子育て支援センター

▶ 田・問 : ☎ 60-2122

U = <http://www.tokiwakotori-nursery.ed.jp/>

● 開放日 月~金 9:00 ~ 16:00 (13:00 ~ 14:00 は子育て相談)

● 救急講習日 11/12 月 10:30 ~ 11:00

● 出前保育「葉っぱのこすり出して小物入れを作ろう」 11/14 土 10:30 ~ 11:30 長山 回

● 講習会「手づくりおもちゃ・万華鏡」 \* 11/17 土 9:45 ~ 10:45 先着6組。11/12 月 13:30 から受付

● とことこおはなし会 (1歳以上対象) 11/19 月 10:30 ~ 11:00

● 11月生まれのお誕生会 11/20 火 10:30 ~ 11:30

● ゆりかごおはなし会 (0歳児対象) 11/26 月 10:30 ~ 11:00

● 親子でクッキング「わくわくピザトースト」 \* 11/28 土 11:45 ~ 13:00 先着12組。11/20 火

13:30 から受付

● 講習会「クリスマスリース作り」 \* 12/1 土 9:45 ~ 10:45 先着6組。11/26 月 13:30 から受付

● おおきくなあれ! (身体測定) 12/3 月 10:00 ~ 12:00

● 出前保育「クリスマス製作」 12/6 土 10:30 ~ 11:30 馴柴 回

### ながと夢保育園子育て支援センター「ゆめ de cafe」

▶ 田・問 : ☎ 62-3309

U = <http://www.kosodate-web.com/nagatoyume/>

● 支援室・園庭開放 月~金 10:00 ~ 14:00

● 看護師による育児相談 \* 13:00 ~ 16:00

● 季節の製作 11/9 金・14 土 11:00 ~ 11:30 落ち葉を使ってライオンの製作をします

● どんぐりて遊ぼう 11/12 月 11:00 ~ 11:30 「どんぐりマラカス」を作ります。空のペットボトルを1つ持参

● おはなし会 11/22 土 11:00 ~ 11:30 パネルシアターやエプロンシアター、絵本など

● ゆめ de cooking「今が旬! さつまいもの簡単スイーツポテト」 \* 11/27 火 11:30 ~ 定員4組。11/15 土 9:30 ~ 受付

● 身体測定・健康相談 11/28・12/5 土 10:45 ~

※ その他イベントなどの詳細は支援室便りやHPで

### りゅうがさきようちえん育ちサポート

▶ 田・問 : 竜ヶ崎幼稚園 ☎ 62-0573

U = <http://www.ryugasaki-k.ed.jp/>

● ぴよぴよクラブ (未就園児の親子クラブ) \* 0・1歳児 = 11/16 金 / 1・2歳児 = 11/27 火 / 2・3歳児 = 11/20 火 / いずれも 10:00 ~ 11:30。教材費おやつ代として1回500円 (初めての方は無料で体験できます)

● 園行事にご招待「オータムフェスティバル」 11/11 月 10:00 ~ 14:00 ゲーム・工作・手作り品・食べ物やさんなどいろいろなお店が出ます。みんなで楽しく過ごしましょう

● 教育講座「こころキラキラセミナー」 \* 11/29 土 10:00 ~ 幼児期に大切にしたいことをみんなで考え、楽しく学びましょう。関心のある方はどなたでもお越しください。参加無料・託児あり

### 県南近隣イベント情報

## 茨城県フラワーパーク「イルミネーション」開催!

石岡市

今年は、LED電球を100万球にパワーアップ! 3つのエリアに新たな演出が加わり、一面に広がる光の世界・シンクロするメロディー・ハットとするダイナミックな演出でお客様をお待ちしています。バラの妖精が織りなす光の世界をぜひお楽しみください。

▶ 期間: 11月15日(木) ~ 平成31年1月14日(月・祝)

▶ 休園日: 毎週月曜日(祝日除く)・12月31日・1月1日

▶ 点灯時間: 午後5時~9時

▶ 料金: 大人700円(平日65歳以上500円)・小人250円

▶ 問: 茨城県フラワーパーク(石岡市下青柳200番地) ☎ 0299-42-4111





平成30年10月1日から  
茨城県最低賃金は

時間額 **822円** だよ～ん

平成30年10月1日から時間額822円(26円引き上げ)に改定されました。年齢やパート、アルバイトなどの働き方の違いに関わらず、県内で働く全労働者に適用されます。



▶ **問**: 茨城労働局賃金室  
☎ 029-224-6216  
／最寄りの労働基準監督署

## 竜ヶ崎税務署短期アルバイト募集

- ▶ **雇用期間**: 平成31年1月中旬～3月下旬のうち1～2カ月程度
- ▶ **勤務日時**: 土日祝日以外の1日4時間／5時間／5.5時間  
※2月24日(日)・3月3日(日)については出勤の場合あり
- ▶ **勤務内容**: 確定申告会場でのパソコン操作補助・データ入力・書類整理など
- ▶ **時給**: 970円／通勤手当あり
- ▶ **対象**: 高校卒業程度の知識を有する方で、パソコン(ワード・エクセル程度)操作ができる方
- ▶ **選考方法**: 面接試験
- ▶ **申し込み方法**: 電話で申し込み
- ▶ **申・問**: 竜ヶ崎税務署(川原代町)総務課 ☎ 66-1303(音声案内で「2」を選択)

## 自衛官募集(陸上自衛隊高等工科大学生徒)のお知らせ

詳細はお問い合わせください。自衛官候補生も年間を通じて募集しています。

種目	陸上自衛隊高等工科大学生徒	
	推薦採用試験	一般試験
受験資格	中学校卒業または中等教育学校の前期課程修了者(見込み含む)で平成31年4月1日現在で17歳未満の男子で、学校長が高等工科大学生徒としてふさわしいと認め、将来自衛官となる強固な意志を持ち責任を持って推薦できる者	中学校卒業または中等教育学校の前期課程修了者(見込み含む)で平成31年4月1日現在で17歳未満の男子
受付	11月1日(木)～30日(金)	11月1日(木)～平成31年1月7日(月)
試験日	平成31年1月5日(土)～7日(月)の間の指定する1日	1次:平成31年1月19日(土) 2次:平成31年2月1日(金)～4日(月)の間の指定する1日

▶ **問**: 自衛隊茨城地方協力本部龍ヶ崎事務所 ☎ 64-3351 **U** = <http://www.mod.go.jp/pco/ibaraki/>

## みんなの掲示板

### イベント

#### ボランティア花植え活動

中学生と一緒に季節の花植えを楽しみませんか。直接会場にお越しください▼日時:11月18日⑩午前9時から1時間程度▼場所:牛久沼排水機場そばの花畑「花と風の丘」▼**問**:小貝川・花とふれあいの輪・若松 ☎ 64・7584

#### 毎日の家事と家計を軽やかに

家計簿でどんな時も安心、衣類・引き出しの整理、鍋帽子®クッキング。事前に申し込み▼日時:11月15日⑩午前10時～正午▼場所:城ノ内▼**料**金:400円▼**定員**:先着15人▼**申・問**:土浦友の会龍ヶ崎支部・松園 ☎ 080・6888・0105

#### 中村文昭から学ぶ金持ち人生より人持ち人生

人と人との縁をつなぎながら生きる「人持ち人生」をテーマに中村文昭氏から講演いただきます。無料。事前に申し込み▼日時:11月10日⑩午後1時～3時▼場所:コミュニティプラザ竜ヶ崎(久保台)▼**対象・定員**:10代後半～30代の市内在住の方・150人程度▼**申し込み方法**:電話で申し込み▼**申・問**:「一社」未来事務局 ☎ 080・9413・7735

### メンバー募集

#### クラシックギターアンサンブル・アレグリア

▼日時:毎月第2・4⑩午前9時～正午▼場所:主に馴染会▼**会費**:月3000円▼**問**:吉田 ☎ 64・6370

#### 茨城県南生活者ネット

●歌声喫茶 ギターに合わせ往年の名曲から現代曲までみんなで歌いましょう。事前に申し込み▼日時:毎月第4⑩午後1時30分～3時30分▼**料**金:700円(菓子付)／回

●**脳活**らくらくゲーム 笑いあふれるゲームを体験することで心も脳もスッキリ活性化します。事前に申し込み▼日時:毎週⑩午後1時30分～3時▼**料**金:500円／回

●**共通事項**▼場所:龍ヶ崎コミュニティセンターハウス▼**申・問**:茨城県南生活者ネット・古川 ☎ 60・8067

#### 日本至徳空手道連盟 龍ヶ崎本部道場

見学自由・体験稽古無料。気軽にお越しください▼日時:毎週⑩午後7時～9時▼**場所**:⑩中根台中学校武道場／⑩城ノ内中学校武道場▼**会費**:小学生まで11月3500円／中学生以上11月5500円▼**問**:本谷 ☎ 090・3346・2543

●凡例  
●申 申し込み先  
●問 問い合わせ先

FAX ファックス

Eメール

U URL

☎ コミュニティセンター

HP ホームページ

市役所代表番号 ☎ 64・1111

## 空手交流で震災復興支援 第9回龍ヶ崎ジュニア空手道交流大会

7月22日、たつのこアリーナで「第9回龍ヶ崎ジュニア空手道交流大会」が、東日本大震災復興支援チャリティーを目的に開催されました。賛同した多くの方から集まった募金は被災地に送られ、子どもたちのために活用されます。

大会ではクラスごとに熱戦が繰り広げられました。入賞選手を紹介します。(敬称略)



- 小学1・2年の部：優勝＝鈴木玲音（小2）／準優勝＝倉持豊雅（小1）
- 小学3・4年の部：優勝＝針谷奈花（小3）／準優勝＝黒津幸大（小4）／第3位＝蛭原遼（小4）  
敢闘賞＝菅野康友（小4）
- 小学5・6年の部：優勝＝吉田直矢（小6）／準優勝＝平川士道（小6）／第3位＝前川峻亮（小6）  
敢闘賞＝川澄翔（小6）
- 中学生の部：優勝＝金久保莉汰（中1）／準優勝＝菊池愛彩（中1）
- ワンマッチ男子：勝利者＝菅野慎友（高2） ●ワンマッチ女子：勝利者＝針谷飛向（中3）
- 技能賞：野仲龍成（小4）／舘野高治（小3）



## 10カ国の外国人が稲刈り体験

9月7日、龍ヶ崎市国際交流協会（丹羽寛子会長）が、都内に住む稲刈りに興味がある外国人10人を招き、川原代地区の田んぼで稲刈りイベントを開催しました。7年目となる今年は、ニュージーランド、ドイツ、デンマーク、イスラエル、スウェーデン、南アフリカ、香港、アメリカ、フィンランド、インドの10カ国の方が参加しました。参加者は、慣れない作業に試行錯誤しながらも、稲穂の刈り取りに

汗を流していました。

稲刈り後は、ふるさとふれあい公園で新米のおにぎりなどを食べながら歓談し、自由時間には、陶芸や散歩などを楽しみ交流の輪を広げました。参加者からは、「田んぼを初めて見て感動した。お米がこんなに美味しいとは思わなかった。とても楽しかったので、来年も参加したい」と、大好評でした。

## 龍ヶ崎ドラゴンズ（ゲートボール）が全国大会へ出場！

市内のゲートボールチーム・龍ヶ崎ドラゴンズ（代表・石引義男さん）が、昨年11月に開催された茨城県予選大会で見事優勝し、10月27日・28日に行われた「第34回全日本ゲートボール選手権大会」へ出場しました。

同チームは、9月28日に市長室を訪れ、大会出場の報告と抱負を語ってくれました。ゲートボールというと高齢者の競技と思われがちですが、全国大会では高校生チームとも対戦し、とてもハイレベルな試合になるそうです。全国大会では、1次・2次リーグを勝ち抜き、決勝へ進みたいと語ってくれました。今後の活躍を期待しています！





## 龍ヶ崎市生活安全推進協議会を開催

犯罪被害者や被害者遺族を作らないまちに

9月28日、市長を会長とし、警察・消防・県議会・市議会・教育委員会および各種団体の代表などから組織される「龍ヶ崎市生活安全推進協議会」が開催されました。



同協議会では、龍ヶ崎市の防犯に関する取り組みについての報告の後、犯罪被害者遺族の会「にじの会」の会員である、澤田美代子氏による講演も行われました。



『命の大切さ』と題した講演を通して、「龍ヶ崎市では犯罪被害者や被害者遺族を作らない」という気持ちを強く持ち、これからも市民に愛され、犯罪者に嫌われる、安全で安心なまちづくりを実現するため、生活安全推進協議会の委員が相互に連携協力していくことを再確認しました。

## ミャンマーの国技「チンロン」で小学生が国際交流

ミャンマーから伝統スポーツ「チンロン」の指導者と選手が来日し、流通経済大学スポーツ健康科学部の関係者とともに、10月16日に馴染小学校を、23日に長山小学校・馴染台小学校を訪問し、子ども達と「チンロン」を通して交流を深めました。来日した2人は、日本の小学校で「チンロン」を教えるのは初めてとのことでしたが、楽しい指導に子どもたちは笑顔にあふれ、同じアジアの国の文化に触れる貴重な機会となりました。



小学生との交流の後、2人は「チンロン」研究の第一人者である日本体育大学の石井隆憲教授らと市長室を訪れ、「チンロン」の普及と「チンロン」を通しての文化交流について中山市長と歓談しました。



※「チンロン」はミャンマーの国技で、6人のプレーヤーが円になり、藤で編んだボールを蹴り、美しいフォームで難易度の高い足技を成功させ、観客を楽しませるスポーツです。流通経済大学では「チンロン」を授業で取り上げ、学生が異文化に触れるとともに、理解する機会の提供に取り組んでいます

《写真下》左から、菅原敬弥さん（流通経済大学大学院2年）、石井隆憲教授（日本体育大学）、中山市長、マウン・マウンコーチ、アウン・ソーモ選手、田養健太郎教授（流通経済大学）

## 流通経済大学硬式野球部が東京新大学野球秋季リーグ戦1部で優勝！

10月15日、埼玉県飯能市民球場で行われた東京国際大学との一戦。流経大は2回裏に満塁ホームランを含む一挙5点を奪うも、9回表には6対6の同点に持ち込まれる白熱した展開となりました。その後9回裏の攻撃で1アウト満塁から見事“サヨナラスクイズ”を決める劇的な幕切れで7対6で勝利し、7季ぶり30回目のリーグ優勝の栄冠を手に入れました。流経大硬式野球部の皆さん、優勝おめでとうございます。

### 杉浦彰悟主将のコメント

1年生の時に春季リーグ戦で優勝を経験させてもらったが、それ以降優勝できずにいた。4年生になりキャプテンとして後輩にリーグ戦優勝を経験させてあげることができてよかった。





# まいりゅうをさがせ!

ぼくに関する問い合わせは  
シティセールス課まで!

このコーナーでは、街で見かけたまいりゅうの目撃情報や、あなたの撮ったまいりゅうの写真、まいりゅうのイラストなどを募集します。コメントを添えて、りゅうほー編集室「まいりゅうをさがせ」係 (☒ = citysales@city.ryugasaki.ibaraki.jp) までお寄せください。



スポレクまつりに行ってきたよ〜ん!  
ぼくもバスケットボールを体験したよ〜ん!  
ー スポレクまつり・たつのこアリーナ



楽しかったよ〜ん♪  
ウィンドサーフィン  
を体験したよ〜ん!  
ー 牛久沼水辺公園

## まいりゅう出没(予定)情報

- ◎ 11/20 タップくん健幸マイレージ啓発イベント【佐貫駅】
- ◎ 11/23 いがっぺ市【本町商店街通り】
- ◎ 12/ 2 まいんバザール【にぎわい広場】

※天候などにより変更となる場合があります。その他にもさまざまなイベントに出没します。ぜひ探してみてください!

たつのこマルシェ

毎月第2㊥

**11月**

**物産品フェア!**

箸で詰の放題!

「たつのこマルシェ」は、龍ヶ崎で採れた新鮮野菜や物産品の販売、ワークショップなど“ふれあい”と“おいしさ”が集まる交流の場です。今月のお楽しみイベントは、龍ヶ崎の甘納豆屋さんの規格外「芋甘なっとう」詰め放題!

毎月第2土曜日はマルシェへお越しください!

▶日時: 11月10日(土) 午前10時~午後1時  
▶場所: さんさん館前(たつのこやま隣)

▶規格外「芋甘なっとう」箸で詰め放題  
午前11時20分から(10時30分から整理券発行)  
先着100人・100円  
1人1回限り(1家族2人まで)

▶問: まちづくり・文化財団  
☎62-2227(月曜休館)

※小雨決行、荒天中止。内容変更の場合あり。当日の開催状況などは財団Facebookをご確認ください

# りゅうほークイズ

## 「湯ったり館」優待券と図書カードプレゼント

①~⑤のヒントをもとに下のマスに文字を入れてください。A~Eの文字を順に並べると答えになります。

### ヒント(ヨコ)

- ①風しんは「●●●●●●●」とも呼ばれ、麻疹に似た症状がでます
- ②悪質な事業者は、金銭や甘い言葉・うまい話で●●利用の同意を得ようとしています
- ③野焼きは、一定の焼却設備を使わずに、●●などの廃棄物をそのまま燃やしてしまう行為のことです
- ④逆に●●●●や海藻・きのこ類は食物繊維が多く消化吸収に時間がかかるので、食後の血糖の上昇が緩やかになります
- ⑤消防署や●●●●●●●●が直接住宅用火災警報器を訪問販売することはありません

①					A
				②	B
					③
				④	C
					D
⑤					E

▶応募方法: 答え(例「11月号答=●●●●●●●(ABCDEに入る文字)」)と郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号をはがきに書いて、〒301-8611 市役所りゅうほークイズ係までお送りください。締め切りは平成30年11月30日(必着)です。応募は1人1枚まで。正解者の中から抽選で10人の方に、1,000円分の図書カードと「湯ったり館」の優待券2枚を差し上げます。当選者は12月後半号で発表します。ご意見などもぜひお書き添えください。

●休日当番医 診療時間：午前9時～午後4時

11/11(日) 松本クリニック ☎ 62-4747

さくらクリニック ☎ 65-1211

11/18(日) 松葉クリニック ☎ 65-7282

みやおか外科整形外科クリニック ☎ 62-3761

市民スポーツ・レクリエーションまつり 2018 開催



10月7日、総合運動公園（たつこのアリーナ・フィールド）で「市民スポーツ・レクリエーションまつり 2018」が開催されました。開会セレモニーでは流通経済大学チアリーディング部、柔道スポーツ少年団、流通経済大学新体操部、NPO 法人クラブ・ドラゴンズ新体操教室、ダンススポーツの皆さんによる演技が披露され、華々しくスタートしました。各イベント会場では、体力テスト・各種スポーツ体験・じゃんけん大会などが行われました。今年アリーナに設置したばかりのボルダリングウォールが子どもたちに大好評で、小さな体をいっぱい伸ばし、コースを攻略していました。



真夏を思わせるような暑さの中でしたが、参加者の皆さんは楽しみながらさまざまな競技や体力テストを体験し、爽やかな汗を流していました。



市の花…ききょう  
市の鳥…白鳥 市の木…松  
市制施行日…昭和 29 年  
3 月 20 日

こちら 編集室

「スポーツ・運動の秋」ということで、今号は表紙・裏表紙ともに毎年恒例の「市民スポーツ・レクリエーションまつり」を取り上げています。秋はスポーツに限らず、気候的にも過ごしやすく何か新しいことを始めたり、趣味を深めるにはちょうどいい季節らしいです。私も今年こそ何か新しい趣味なんてものを見つけようと決意を新たにしていた矢先、季節の変わり目特有の“寒暖差アレルギー”にやられました。おかげで例年通りの秋になりそうです… 皆さんも体調管理には気を付けて、「実りある秋」をお過ごしください。(F)

◎ 11月の納付：国民健康保険税◎  
介護保険料◎ 後期高齢者医療保険料◎  
保育料徴収金 市営住宅使用料  
放課後児童健全育成事業保護者負担金  
※口座振替日は 11 月 30 日です

龍ヶ崎市民憲章

1. 互いに信じ、助けあい、あたたかい心の輪をひろげましょう
1. 知性と教養を深め、人間性あふれる文化をそだてましょう
1. からだをきたえ、仕事にはげみ、思いやりのある明るい家庭をきずきましょう
1. 自然を愛し、清潔で、水と緑の美しいまちをつくりましょう
1. 心をあわせ、未来に生きる若い力をのばしましょう

再生紙を使用しています

●この広報紙は、株式会社茨城読売 I S に委託し、市内の全世帯に配付しています。配付についてのお問い合わせは市シティセールス課まで。