

赤ちゃんが学校にやってきました



人の動き【7/1 現在】

市の人口と世帯

74,877人 (-37)
男 37,217人 (-31)
女 37,660人 (-6)
世帯数 31,028世帯 (+32)
()内は前月との比較

人口増減の内訳

出生 33	転入 182
死亡 69	転出 183

▲石岡第二高等学校で行われた「いのちと出会う・感じる授業」。詳しくは8ページ。



石岡市のデモスポ競技に挑戦だ！

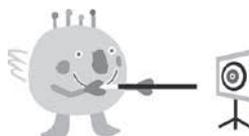
いきいき茨城ゆめ国体（9月28日～10月8日）をきっかけに、新たなスポーツに挑戦してみませんか？石岡市のデモンストレーション競

技は、7月1日号で紹介した「トレイルラン」と「ハンググライダー・パラグライダー」に加えて、今回紹介する3つの競技です。



いきいき茨城ゆめ国体まであと2か月

▲6月27日、柿岡小学校の4年生が、いばラッキーと一緒に国体ダンス



小学3年生から83歳までが挑戦中 / 「スポーツウエルネス吹矢」

みんなで
楽しめるスポーツって
最高！

必

要な道具は、1.2mほどの筒とプラスチック製の矢。10mほどの距離から、直径24cmほどの的のどれだけ中心に当てられたかを競うスポーツです。

1998年に日本スポーツ吹矢協会が設立されたのをきっかけに全国に普及し、石岡市で始まったのは2004年。茨城県の競技人口は1200人で、石岡支部は、その1割の約100人。休館日の月曜日以外、市内の各公民館で教室が開催され、小学3年生から83歳までが取り組んでいます。

スポーツウエルネス吹矢

教室情報

スポーツウエルネス吹矢を体験してみたい人は、最寄りの公民館の教室にご参加ください。



さい。飛び込み歓迎！

【火曜日】

国府地区公民館（午前・午後・夜間）

【水曜日】

城南地区公民館（午後）

【木曜日】

府中地区公民館（午前）
勤労青少年ホーム（午後）

【金曜日】

城南地区公民館（午前・午後）

【土曜日】国府地区公民館（午前）

【日曜日】中央公民館（午前）

開催時間：午前 9時～正午

（午後）1時～3時30分

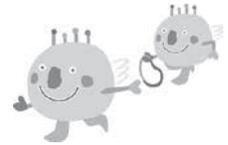
（夜間）午後6時～8時

見に行ってみませんか

スポーツウエルネス吹矢大会

8月30日（金）に石岡運動公園体育館で、いきいき茨城ゆめ国体のデモスポ競技大会が開催されます。

＼ 仮装 OK ! ユニーク & 感動体験スポーツ / 「リレーカーニバル」



詳しくは、石岡トライランクラブのホームページをチェック！

毎年7月に、石岡運動公園で開催されています。来年はあなたも参加しませんか？

来年は家族で、仲間で出してみませんか？

応援したり、応援されたりしながら、たすきをつないでゴールする。まるで人生のようなスポーツです。

7月7日に行われた今年の大会には110チーム749人が参加しました。

一人約4km。それなら走れそうな気がしませんか？

リレーカーニバルは、5年前から石岡運動公園を会場に始まりました。42km(1.3kmのコースを33周)のフルリレー以外にも、10kmの部も用意されているので、小さな子ども連れの家族も、気軽に参加できるのが魅力です。

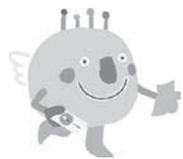
一人約4km。それなら走れそうな気がしませんか？

4 2・195kmを一人で走り切るのは大変。でも10人のチームリレーだったら...



リレーカーニバル、最高！

◀10kmリレーに参加したファミリーの皆さん。「4家族で2チームを作って参加しました。1周1.3kmだから子どもも走れるし、10kmの部もあるから、ご近所さんたちと、わいわい言いながら気軽に参加できるのがいい。地元でやってる楽しい大会。もっと沢山のの人に知ってもらいます」と鈴木悠史さん(南台在住)。皆さんも、職場で家族で、ご近所さんで、たすきをつなげば、絆が強まること必至！



＼ スウェーデン生まれの森の中を走るスポーツ / 「オリエンテーリング」

参加者募集中 オリエンテーリング大会

▶八郷総合運動公園とその周辺に設置されたオリエンテーリングコースを個人またはグループで回ります。

日にち:10月6日(日)(受付午前9時30分)

競技開始:10時30分

対象:県内在住・在勤・在学者

※個人部の参加者は中学生以上であること。グループの部には一般と家族があり、小学生が参加する場合は、必ず保護者が同伴してください。

参加費:個人・グループ各600円

申込期間:

8月1日(日)~9月16日(日)

詳しくはホームページを▶▶▶



コンパスを使って、地図に示されているいくつかの地点を順にまわり、出来るだけ早くゴールする競技です。

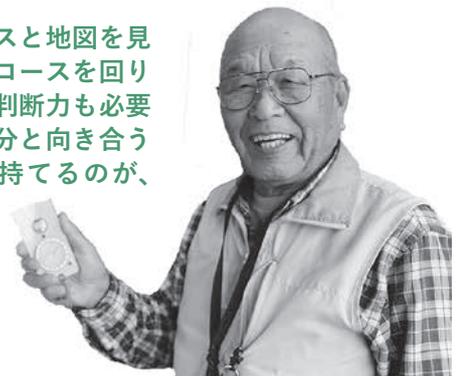
走るだけでもダメ。とはいえ地図を片手に考え込んでばかりもダメ。冷静な頭と、ある程度の体力、そして強い意志が必要です。

コースは林におおわれた低い丘陵地帯につくられるのですが、低めの山の多い石岡市は、まさにオリエンテーリング向き場所。

元来、個人競技ですが、チームで取り組むことで、団結力

や達成感もひとしおのはず。10月に八郷総合運動公園でデモンストレーション大会が行われます。ぜひ、家族で友人で参加してみませんか？

コンパスと地図を見ながらコースを回ります。判断力も必要で、自分と向き合う時間を持てるのが、魅力。



全国津々浦々、オリエンテーリング大会に参加した原田錦吾さん(半田在住)



ふるさと石岡映像コンテスト 受賞作品をみよう！

平成29年から30年にかけて石岡市が実施した「ふるさと石岡映像コンテスト」では、全14作品の応募の中から、映像制作の専門家などで構成された審査会による厳正な審査により、下段の4作品が受賞しました。

本コンテストは、作品を通じて「日本人の心」や「日本のふるさと」の素晴らしさを広く発信し、その価値について世代を超えて共有し、残り、伝えていくことを目的としています。石岡の「ふるさと」を多くの人に感じてもらうよう市役所などで上映会を行ってきたほか、中央図書館でDVDの貸出を行うなど、活用機会を増やしています。

そこで今回、活用方法のひとつとして、市内小中学生を対象とした「ふるさと石岡映像コンテスト感想文コンクール」を開催します。

ふるさと石岡映像コンテスト

感想文コンクール応募方法

1. 作品を見る

① 中央図書館でDVDを借りて作品を見る。

② 上映会に参加して作品を見る。
日時／8月16日(金)

① 午前10時～② 午後2時～
場所／市役所本庁舎
201会議室

2. 感想文を書く

市販の原稿用紙に、タイトル・学校名・学年・氏名を書き、考えたこと、感じたことなど自由に。

小学校低学年の部

原稿用紙400字以内

小学校中学年の部

小学校高学年の部

中学生の部

原稿用紙800字以内

3. 応募する

各小中学校に夏休み後に提出してください。

図書館広聴課

Tel 23・7275



《作品紹介と上映会参加者の感想》

Ishioka Heritage（審査委員特別賞・石岡市観光協会会長賞）

制作者：仲野 哲郎 氏（石岡市）



・私は生まれた時から石岡人で、石岡は何もない所と思っていたが、もっともっと石岡を自慢したいと思った。
・外から来た人のほうが石岡への探求心が豊富。小さい子でもとても分かりやすい作品にしてあり、素晴らしく感動した。

獅子の道しるべ（最優秀作品賞）

制作者：山本 尚志 氏（東京都）



・2つの物語が短い中で丁寧に描かれていて心に沁みた。見慣れた風景が映し出されているのもとてもうれしく楽しめた。また観たいと思える作品。
・ストーリーが素晴らしい。石岡の各地、獅子舞やお祭りについてなど、石岡の魅力が伝わる作品だった。

(写真説明)

- 1 茅葺き屋根
- 2 看板建築
- 3 鳴滝
- 4 真家のみたま踊り
- 5 関川地区の大人形



さあ、見つけに行こう
まだ知らない町の姿を求めて

子どももお年寄りも踊る

真家地区の念仏踊り

真家地区では、8月15日に、地区の子どもからお年寄りまでが地区内の寺や新盆の家を回って、先祖の供養のために念仏踊りを行っています。これは「真家みたまおどり」と呼ばれ、ルーツは平安時代末期。奈良の長谷寺の高僧が仏教を広めようと真家の地で新仏ができたときに、老若男女を寺の庭に集め、三日三晩、夜を徹して踊り、供養したのが始まりと言われています。
日時／8月15日(日)午前8時
(明圓寺からスタート)

一度見たら忘れられない
関川地区の

ユニークな大人形

霞ヶ浦のそばの関川地区では、8月16日に全身を杉の葉でくるまれた大人形を作りまです。天明の大飢饉後、疫病などの災厄が入ってこないよう

に作ったのが始まりといわれています。その顔は力強い眉と、キツと結ばれた口、そして睨みをきかせた大きな目で、悪いものが入ってこないように見張っているのです。毎年8月に作り替えられ、1年間の務めを終えます。
日時／8月16日(金)午後3時頃
から(場所はお問い合わせください)。

伝統行事があることは、
それを守ってきた人が
いるということ

大きく変わる時代の中で、その形態を少しずつ変化させることで、これらの伝統行事は残ってきました。伝統行事に込められた意味とは？それを守る人の気持ちとは？皆さんも、まだ知らない石岡を見つけないませんか？

図秘書広聴課

Tel. 23・7275

食、つなぐ想い

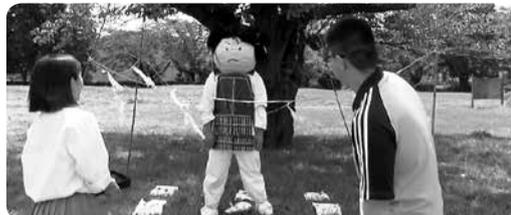
—生産者の声—茨城県石岡市(学生賞)
制作者：近松 栄実 氏 (東京都)



- ・消費者目線で食を生産する強い意欲を知り、農業畜産業の大切さを改めて感じた。
- ・映像がすべて美しい。出演された農家・牧場の人々も素敵だった。
- ・食の安全を一番に考え消費者に届けている姿勢に感動。

土蜘蛛の復活(黒坂命を召還せよ!)(奨励賞)

制作者：石岡第二高等学校
「歴史は物語だ！」チーム



- ・おもしろさの中で石岡の歴史を知ることができて良かった。学校でも放映すると良いと思う。
- ・高校生が地元に興味を持って、参加したことが有意義なことだと思う。
- ・高校生の頑張りが伝わってきた。

石岡市の75歳以上の運転免許保有者

5,070人

- 石岡市全体の免許保有者数は、5万3,093人。
- 市民全体の約7割が、運転免許を保有。
- このうちの約1割が、75歳以上の高齢ドライバーです。



県内の高齢者による交通事故の発生件数

326件

■ 75歳以上のドライバーによる事故件数。県内で起こった人身事故3,595件(6月20日時点)のうち約1割にあたります。

石岡市内の免許の自主返納者数

183人

■ 平成30年度に免許を自主返納した65歳以上の人数。2日に1人の頻度で返納されています。自主返納については石岡警察署まで。Tel 28-0110

超高齢社会と向き合う意見交換会



▲ 高齡福祉課が中心となり、公共交通・道路・交通安全活動、介護・認知症予防などを担当する部署の担当者や石岡警察署と連携し情報共有するための会議です。

- # 高齢ドライバー免許返納
- # 身体機能と認知機能をどう維持する？
- # 代替となる公共交通
- # 自転車活用
- # 道路環境

いつまで、ハンドルを握り続けられるのだろう

■ まずは関係機関や関係部署と連携して

高齢ドライバーの状況を正しく認識することから

石 岡市民の3人に1人は65歳以上。地方の暮らしに車は不可欠な一方で、高齢ドライバーによる交通事故が報道されると、不安な気持ちを感じている高齢者やその家族の声が聞かれます。

市内には75歳以上の高齢ドライバーが50,000人以上。団塊の世代が75歳以上を迎える2025年にはもっと多くなることが確実です。通勤や

買い物で、車に大きく依存している現役世代も、いずれは年を取り、車の運転ができなくなる。どの世代にとっても、この問題は他人事ではありません。

今年2月から、解決の糸口を見つけていくため、市役所内の関係部署と石岡警察署などの関係機関が連携して、新たに意見交換会が始まっています。

介護予防体操で事故予防

シル・リハ 体験教室

本庁舎1階メロディアスホール(多目的ホール)で、新たにシルバーリハビリ体操教室を開催します。

体操前には、参加者の皆さんに福祉からイベントまで暮らしに役立つ情報をお伝えする時間もあります。

9月2日は、安全運転のポイントをテーマにしたお話です(生涯現役プラチナ応援事業対象)。

日時

9月2日(月)

①午後1時30分

～午後2時30分

②午後2時45分

～午後3時45分

9月27日(金)

①午後1時30分

～午後2時30分

②午後2時45分

～午後3時45分

場所

本庁舎1階多目的ホール

定員

40人程度(1回あたり)
※事前申し込み不要。直接お越しください。当日、午後1時から受け付け。

岡地域包括支援センター
TEL 35-1127

現

在、環境面や健康面から全国的に自転車の活用事例が注目されています。

石岡市でも昨年度末、自転車によるまちづくりを目指す「りんりんタウン構想」を策定しました。自動車への過度の依存を減らすことは、子どもや高齢者などの交通弱者と言われる人たちが暮らしやすいまちを目指すことです。

昨年度は「地域公共交通網形成計画」も策定し、自転車活用だけでなく、車の代替手段としての公共交通のあり方についても考えています。

上

半身をひねることができないと、運転時の後方確認の際に、体全体を回転させるようになってしまいま

す。すると右後方を確認する時には、ブレーキに置いてある足が右側にあるアクセルに移行しやすくなり、ブレーキとアクセルの踏み間違いの原因につながるのです。ひねりが難しくなるのは、加齢に伴い生じる猫背が原因と言われています。またドライバー本人はまっすぐに座っているつもりでも、高齢になるとガニ股の姿勢を取りやすくなります。ガニ股のため足が広がり、ブレーキに置いてある足が右側にあるアクセルに移行しやすくなり、結果として踏み間違いという事態につながるのです。姿勢は普段の生活の心がけ次第。介護予防体操を毎日の習慣にして、事故予防につなげましょう。

ブレーキの踏み間違いの原因は「ひねれない体」と「ガニ股」

ドライバーのための事故予防体操をご紹介します。

「ひねり」の体操



■座ったまま足を組み、手を前方に伸ばしながら体をひねる。
(シルバーリハビリ体操より)

「ガニ股」防止の体操



■座ったまま体を前に倒し足首を、左右交互に30秒間パタパタする。
(スロー筋トレ体操より)

子どもたちの未来の一步を応援する、いのちの授業 石岡二高に、赤ちゃんがやってきた！



◀参加した女性は「高校生が、かわいいとニコニコしながら言ってくれと、自分自身とても嬉しい気持ちになれ、明日からも育児を頑張ろうと思えます」と話しました。

石岡第二高等学校の普通科と生活デザイン科の2年生190人を対象に、「赤ちゃんが学校にやってくる～いのちと出会う・感じる授業（略称 赤ちゃん学校）」が開催されました。

この授業は「子どもたちには未来の子育てが、ママ・パパには現在の子育てが、ともに明るく輝きますように」がコンセプト。いのちが成長する力、子育てという営みの貴重さを世代間の交流を通じて双方に感じてもらうことを目的としたプログラムで、NPO法人ままとーん代表の中井聖さんによる誕生学講座と、赤ちゃんとのふれあい体験の2部構成となっています。

NPO法人ままとーんは、県南地区の子育て中の女性たちが中心になって、情報誌や親子向けイベントなどを行っている団体です。赤ちゃん学校がスタートしたのは2012年で、すでに100校近くで実施してきました。平成30年度

には茨城県の事業に採択され、この取り組みを広げるべく、NPO法人水戸こどもの劇場とともに、開催地の子育てサークルと連携しながら事業を行っています。

今回は、市内で子育て中のママとパパも多数参加し、合計15組の親子がゲストスピーカーとして、自らの出産・育児の経験を話しました。

生活デザイン科主任の久保田先生は「赤ちゃんを抱っこした経験がない高校生も多いなか、赤ちゃん学校を体験して、自分自身を大切な存在であると実感することが、生徒たちにとっての未来の一步につながると考えています」と話しました。石岡二高では平成27年度から『筑翠^{ちくすい}レネサンス』を掲げ、生徒一人ひとりの未来への一步を支援する授業を展開しています。今回は、その一環として実施し、今後もこのような授業を継続して実施していく予定です。

6 / 14

石岡の忠犬 タローを伝える



昭和40年代、石岡駅ではぐれた飼い主を待ち続けていた忠犬タローは、東小学校の児童たちにも可愛がられていました。

青少年を育てる石岡市民の会東支部では、この物語を子どもたちに伝えようと、タローの物語を歌にした山本恵莉子さんらと共に、東小3年生を訪問。児童たちは、歌や踊りと共にタローの物語に耳を傾けていました。

5 / 20

文京区と石岡市の 民生委員が意見交換



東京都文京区と石岡市は、平成8年から「災害時応援協定」を締結しています。これは、災害救助に必要な職員派遣や被災住民の受け入れなどで相互に協力しあうというもの。

このようなつながりから、文京区の23人の民生委員が石岡市を視察に訪れ、東地区の民生委員・市民生委員連合会役員など34人と意見交換を行いました。今年で2回目を迎えます。

7 / 4

災害時の情報収集 頼りになるラジオ放送



大規模な地震や風水害など、石岡市が自然災害の被害を受けたときや、その恐れがあるとき、市内外にいる市民に向けて、防災情報を発信するため、株式会社茨城放送（代表取締役 北島重司氏）と放送要請に関する協定を結びました。

東日本大震災以降、茨城放送は「防災ラジオステーション」として防災に取り組み、本協定も、その一環として実施されました。

6 / 7

石岡駅前に、 黄色いポストが出現！



9月末に迫った「いきいき茨城ゆめ国体」をPRするためのラッピングポストが完成し、石岡駅前に設置されました。

除幕式では市内の幼稚園児が集まり、自分の手形を押した応援メッセージを投函しました。園児たちの応援メッセージは、8月7日から市役所本庁舎で特設展示を行い、国体当日には会場内で披露する予定です。

関東・甲信越ブロックの代表として本選に出場決定

商業高校フードグランプリに

石岡商業高校「えごまアイス」が出場します



◀詳しくは、フードグランプリのホームページを

この数年、石岡商業高校では、地元食材を使った商品開発に取り組んでいます。

昨年は、市内で耕作放棄地の解消と高齢者の生きがいづくりを目指して、えごま栽培に取り組む「八郷えごまの会」と、全国でも有数の酪農地帯である、小美玉市のふるさと食品公社の協力のもと、えごまアイスを商品開発。

油を搾油した後のえごまも、実は栄養分が豊富なのですが、これまで活用方法がないことが課題でした。これを小美玉市産の生乳を使ったバニラアイスと合わせ、食物繊維たっぷりのヘルシーなアイスに。この「えごまアイス」が、商業高校フードグラ

ンプリ（主催：伊藤忠食品株式会社）の関東・甲信越ブロックの代表に選ばれました。

本選は、8月30・31日に、東京・池袋サンシャインシティ噴水広場地下1階で行われます。当日は高校生によるプレゼンテーションや販売会も実施予定。お近くにお立ち寄りの際には、石岡の高校生たちにエールをお送りください。



◀市内のコンビニエンスストアなどで販売中のえごまアイス。ターゲット層を、生徒たちのお母さん世代の40代の女性に設定し、えごまの食物繊維が豊富な仕上がりに。

帰省した家族やご親戚に、ご紹介ください 石岡市の「ふるさと応援寄付金」

ふるさと応援寄附とは、「ふるさと＝自分が貢献したいと思う自治体」へ寄附する制度です。

「お世話になったふるさと」や「これから応援したいふるさと」など、皆さんが思う「ふるさと」を自由に選ぶことができます。

石岡市にも、この制度を通して全国からふるさと応援寄附金が寄せられました。寄附金は、教育・福祉・地域の魅力向上など、今後のまちづくりに活用していきます。

平成30年度実績

件数：8,489件

寄附総額：1億2,311万1,608円

返礼品提供事業者を募集します

現在、石岡市ふるさと応援寄附で、地元特産品のPRとして市の魅力を一緒に発信してくれる事業者を募集しています。

募集する返礼品

本市の魅力を発信できる特産品やサービスなど（要件あり）詳しくはお問い合わせください。

※平成30年度から石岡市民には、返礼品をお送りしていません。

関管財課 Tel 23-7294

叙勲

受章おめでとうございます

令和元年春の叙勲等で、石岡市からは次の方々
が永年の功績により、晴れの栄誉に輝きました。

春の叙勲



瑞宝双光章
岩本 泰則 氏
(元公立中学校長)



瑞宝双光章
大山 稔久 氏
(保護司)



瑞宝双光章
永沼 正好 氏
(元石岡市消防司令長)



瑞宝双光章
白田 清 氏
(元土浦市消防監)

危険業務従事者叙勲



瑞宝单光章
笠倉 民夫 氏
(元県警部補)



瑞宝单光章
渡部 剛 氏
(元3等空尉)



瑞宝小綬章
鈴木 健 氏
(元県立筑波高校長)



瑞宝双光章
小松崎 博 氏
(元学校歯科医)

高齢者叙勲



瑞宝双光章
濱田 忠信 氏
(元八郷町立
林小学校校長)



瑞宝双光章
吉永 行輝 氏
(元石岡市立府
中小学校校長)

瑞宝章：国家または公共に対し功労のあつた方で、公務などに長年にわたり従事し成績を挙げた方

※令和元年5月21日時点で授与された方をご紹介します。

石岡の歴史を知ろう 発掘調査報告展示「石岡を掘る」

新池台遺跡(東石岡)、下ノ宮遺跡(三村)、北田向遺跡(山崎)など縄文時代の遺跡を中心に展示します。掘れば掘るほど面白いのが地域の歴史。私たちの暮らすまち、石

岡の歴史をあなたも深掘りしてみませんか？

期間：8月1日(困)～11月4日(日)

午前9時～午後5時

※11月は午後4時まで。

場所：常陸風土記の丘展示室(有料エリア)

岡支所 文化振興課 Tel 43-1111 (内線 1323)

問1 石岡市役所本庁舎 問2 八郷総合支所 Tel 43-1111（代表）

※料金の記載のないものは無料。

イベント
市民会館
映画鑑賞会



▼直木賞作家の辻村深月さんが描く新たなドラえもん映画。当日は入場者プレゼントがあります。

日時／8月25日(日)

①午前10時(午前9時30分開場)
②午後2時(午後1時30分開場)

(上映時間111分)

場所／石岡市民会館大ホール

前売券／300円(全席自由)

(当日券500円)

チケット販売所／市民会館・

生活環境課・まちかど情報

センター・城南地区公民館・

中央公民館・八郷商工会

市民会館 Tel 22・5187

イベント
8月の
文化協会行事

石岡三曲協会 三曲合奏温習会
日時／8月3日(土) 午前9時30

分／午後0時30分
場所／若松町公民館1階
問 Tel 22・2597 (川村)

八郷硯友会
第30回八郷硯友会書展

日時／8月17日(土)

午後1時～午後4時

8月18日(日)～8月21日(水)

午前9時～午後5時

8月22日(木)

午前9時～午後4時

※表彰式は18日(日)午後2時～

※8月19日(日)は休館日

場所／中央公民館

問 Tel 42・3039 (助川)

お知らせ
8月13日～16日
小・中学校は閉庁

▼教職員の働き方改革を進めるため、市では昨年度から

学校閉庁日を設け、この日は

学校には教職員が不在になります。

なお緊急連絡先は教育委員会指導室です。

対象／石岡市立の全小中学校

学校閉庁日／

夏季休業中 8月13日～16日

県民の日11月13日

冬季休業中1月4日

※期日に土日が含まれても新

たに閉庁日は設けません。
問2 教育委員会指導室
(内線1265)



講座
ひまわりの館で
学ぼう

筋肉調整と
スロートレーニング

〜いつまでも動ける体づくりと健康年齢の延伸〜

▼転倒、肩こり、腰痛、猫背

などを改善するため「軍

司式筋肉調整」と「スロー

トレーニング」を行います。

日時／9月27日(金)、

10月1日(火)・4日(金)・8日(火)・

11日(金)・16日(水)・18日(金)・

22日(火) 午前10時～正午

(初回のみ午後0時30分)

講師／磯野武夫氏

対象／医師から運動を制限さ

れていない60歳以上

※以前受講した人は申し込み
できません。

ポレポレ体操

▼ゆつくりゆつくり体を動かし

て、楽しく心地よい運動を！

日時／9月4・25日、

10月2・16日(水・全4回)

午前10時～11時15分

講師／栃本恵子氏

対象／女性

英語でスピーチ&
レジンホルダー作り

▼オリピックにむけて英語

で自己紹介スピーチを練習

しよう。オリジナルのレジ

ンホルダーを作って作品に

についてもスピーチします。

※レジンとはぷっくりツヤツヤ

透明感のある樹脂のこと。

日時／9月1日(日)

①小学1年生～3年生

午前10時～11時30分

②小学4年生～6年生

午後1時30分～3時

講師／鈴木愛理氏

飯嶋佳菜恵氏

参加費／600円

対象／小学生

申込期間／8月1日(木)～14日(水)

(午前8時30分～午後5時)

月曜休館) 定員超過時は抽選
問 ぬれあいの里石岡ひまわり
の館 Tel 35・1126

講座
上級者向け
ひまわり体操

▼筋力トレーニングや有酸素

運動を取り入れた体操。普

通の介護予防体操では物足

りない人は、ぜひご参加く

ださい。

日時／9月4・11・18日、

10月2・9・16・23・30日

11月6日(水・全9回)

午後2時30分～4時

場所／ぬれあいの里石岡ひま

わりの館

対象／市内在住の65歳以上で

心疾患がなく、医師から運

動制限されていない人

定員／40人(定員超過時は抽選)

講師／木村幸子氏

申込期間／8月5日(月)～9日(金)

問 社会福祉協議会

Tel 22・2411



おしらせ
夏休み
みんなのひろば

▼石岡市更生保護女性の会と石岡地区BBS会では夏休みの学習を応援します。自主学習や読書の場として利用できます。

日時／8月26日(月)～28日(水)
午前9時～正午

場所／みんなの広場
(府中1・4・8)

※まちかど情報センターから徒歩1分。

対象／小学校低学年
定員／1日10人

◎石岡市更生保護女性の会
TEL 22・6772

イベント
ガールスカウト
一日体験

▼ガールスカウトの活動について体験を通じて知ることが出来るほか、牛のえさやり、ソーセージづくり、アイスクリームづくりなどの各種体験が畜産センターで行えます。

日時／8月20日(火)

午前10時～午後1時

場所／茨城県畜産センター

対象／親子(年長児～小学3年生)

定員／10組20人

参加費／1組500円

申込方法／8月10日(土)までに

有明中卒業生たちによる手作りイベント 第4回 有明フェスティバル

▶学校がなくなっても、地域の人が集まれる場を作ろうと、地元有志や卒業生たちが中心になって運営しています。かき氷、タピオカジュース、カルピ串などの模擬店のほか、石岡市ふるさと大使で同中卒業生でもある歌手の高田梢枝さん(日々かりめろ)のステージや打上げ花火など盛りだくさん。

日時：8月11日(日)午後1時から
※打上げ花火は午後7時30分～

場所：旧有明中学校跡地

◎有明フェスティバル実行委員会
(谷島) TEL 43-2163

電話で申し込み
◎ガールスカウト茨城12団
(山口)
TEL 090・3147・6744



募集
第26回石岡市障がい者
スポーツ大会参加者

▼スポーツを通して障がいのある人たちの体力増進と社会参加の意欲を高め、地域の皆さんの理解と協調を深めることを目的とした大会です。玉入れ・輪投げ・ボウリング・パン食い競争などの競技に参加してみませんか。当日はバザーも開催します。

日時／10月26日(土)午前10時～
場所／石岡運動公園体育館
対象／市内在住で各種障害者
手帳を持っている人

申込期限／9月6日(金)

◎1 社会福祉課
TEL 23・5569

イベント
大雅荘・
はーとふる納涼祭

▼盆踊りや三村囃子、打ち上げ花火があるほか、模擬店も出店します。

日時／8月24日(日) 午後5時～8時(小雨決行)

場所／大雅荘駐車場
(三村2595・2)

◎大雅荘(安田・内田)
TEL 24・0731

イベント
泰仁会・江隆会合同
第24回納涼祭

▼模擬店、花火、盆踊りなどのイベントを実施します。(特別養護老人ホームやさと・介護老人保健施設サングリーンやさと共催)

日時／8月17日(土)

午後5時30分～7時30分
(雨天時は18日(日)に延期)

場所／特別養護老人ホームやさと駐車場

◎特別養護老人ホームやさと
TEL 43・0811

募集
市ホームページ
バナー広告

▼市ホームページのトップページに、バナー広告枠を設けています。

掲載の期間／原則1か月単位で、継続掲載可能。

広告料／(掲載1か月につき)1枠1万円

掲載できないもの／政治や宗教団体およびその活動に関するものや、公共の秩序や善良の風俗に反するもの

申込方法／窓口・ホームページから申込書をダウンロードし、記入の上申し込み

◎秘書広聴課
TEL 23・7275

石岡市公式 Twitter 運用中!
@k_ishioka
#石岡市
石岡市のイベント情報・リアルタイム情報を発信中。ぜひフォローしてみてください。



問 1 石岡市役所本庁舎 2 八郷総合支所 TEL 43-1111（代表）

※料金の記載のないものは無料。

▼物忘れ相談会（予約制）
市内の精神科医療機関に勤務する精神保健福祉士による相談会です。

対象／認知症の人やその家族、地域住民
場所／八郷総合支所2階 里山カフェ「ゆいてらす」
日時／8月20日（火）
午前10時～11時30分

▼今回の内容は「聞いて！教えて！介護のあれこれ！」。現在、介護している方から介護について知りたい方まで誰でも参加できます。当日は、介護の仕事をしている専門職も参加します。



イベント
認知症について考えよう
第3回オレンジカフェ
「結」（申込不要）

※サイト利用料は無料（通信料は自己負担）です。チェックの結果、心配な人は地域包括支援センターのものを忘れ相談会をご利用ください
問 地域包括支援センター
TEL 35・1127



▼認知症は脳の障害で、記憶・時・場所・人の認識、計算などの認知能力が低下し、日常生活を送ることが困難になる病気です。加齢に伴うもの忘れとは異なります。身近な人や自分自身の状態をチェックできます。

認知症
簡易チェックサイト

場所／地域包括支援センター（または訪問による相談）
日時／8月7日（火）、9月11日・25日（木）
午後1時30分～4時

認知症は、誰でもなる可能性があります。早期診断・治療、介護計画を立てておくことが大切です（秘密は厳守されます）。

対象／茨城県後期高齢者医療広域連合の被保険者で次の生年月日の方
① 昭和18年4月1日～昭和19年3月31日生まれの方

※引き続き治療を行う際は、別途治療費がかかります。
場所／茨城県歯科医師会に所属の事業実施歯科医療機関
期間／9月1日（日）～12月31日（火）（休診日は除く）

▼高齢者の口腔機能の低下や肺炎等の疾病を予防するために、無料の歯科健康診査を実施します。

無料
高齢者対象
歯科健康診査

人生会議が始まっています



万が一に備えて、あなたの大切にしている事や、どんな医療を望んでいるかについて自分で考えたり、家族と話し合ったりすることを、アドバンス・ケア・プランニング（ACP）、または名を人生会議といいます。

地域包括支援センターでは、市内の医療・福祉・介護などの専門職が一堂に会する研修会を実施し、ACPに関する理解や連携を深めています。6月26日に行われた研修会には87人が参加しました。9月に市民向けの講演会も予定しています（詳細は8月15日号に掲載予定）。



② 昭和13年4月1日～昭和14年3月31日生まれの方
③ 昭和8年4月1日～昭和9年3月31日生まれの方
※対象者には8月中旬頃に健診の案内を送付します（施設等人所者は除く）。
申込方法／事業実施歯科医療機関へ予約の上、受診
問 茨城県後期高齢者医療広域連合事業課
TEL 029・309・1212

広告掲載欄

イベント
県南市町の
夏休みイベント

土浦キララまつり

2019

▼土浦駅前通り
が七夕飾りで
装飾され、
七夕おどりや山車巡行が行
われます。霞ヶ浦湖上では
観光遊覧船や観光帆船曳船が
出るなど、大人から子ども
まで楽しめるイベントが盛
りだくさんです。



日時／8月3日(土)・4日(日)

午後1時～9時30分

場所／土浦駅前通り
土浦市観光協会

Tel 029・824・2810

2019 いなしき
夏まつり花火大会



▼午後3時からは郷土芸能な
どのステージイベント。会

場には地元特産品などの模
擬店多数。夜の花火大会は
県内有数の打ち上げ数を誇
ります。なかでもファイナ
レを飾るスターメインは圧
巻です。

日時／8月24日(土)午後3時～

9時(花火は午後7時～)

場所／江戸崎総合運動公園
(稲敷市荒沼3・1)

稲敷市役所商工観光課
Tel 029・892・2000

第66回とりで
利根川大花火



▼大利根橋の開通を記念して
始まった伝統の花火大会。
雄大な利根川の夜空を彩る
夏のビッグイベントです。

日時／8月10日(土)午後7時～
8時15分(荒天時は11日、
12日まで順延)

場所／取手緑地運動公園(利
根川河川敷)

関取手市観光協会

Tel 029774・0217

みらいフェスタ2019

▼人気お笑い芸人によるライ
ブや騎士電隊隊リュウソウ
ジャーシヨのほかグルメ
ブースや各種模擬店など、
内容盛りだくさん(会場へ
は、TXみらい平駅から無
料シャトルバスを利用す
るのが便利です)

日時／8月3日(日)

午後1時30分から

場所／つくばみらい市総合運
動公園

(つくばみらい市小張1770)
関つくばみらい市商工会
Tel 0297758・1700

夏夜を幻想的に彩る伝統芸能
「綱火」

▼つくばみらい市では2つの
流派による、あやつり人形
と仕掛け花火を融合した伝
統芸能「綱火」(国指定重
要無形民俗文化財)が開催
されます。①小張松下流綱
火・②高岡流綱火

日時／①8月24日(土)午後7時～

②25日(日)午後7時～
場所／①小張愛宕神社(小張

3235)②高岡愛宕神社(高
岡631)
関つくばみらい市役所
生涯学習課文化振興室
Tel 0297758・2111



第6回守谷灼熱の雪合戦
肉と氷をそえて

▼子どもに人気の
スノーパークのほ
か昨年好評のオリ
ジナルかき氷と肉料理がメイ
ンの食の祭典「灼熱の食祭肉
VS氷」も同時開催です。



日時／9月1日(日)

雪合戦国際大会予選

午前8時～午後4時
灼熱の食祭肉VS氷

午前10時～午後4時
場所／守谷駅東口側広場(守
谷市中央2丁目9)

関第6回守谷灼熱の雪合戦
実行委員会
Tel 090・4756・1703

広告掲載欄

問 1 石岡市役所本庁舎 2 八郷総合支所 TEL 43-1111（代表）

※料金の記載のないものは無料。

児童扶養手当の現況届を提出しましょう

▶児童扶養手当は、ひとり親家庭を対象に支給される手当です。提出がない場合、8月以降の手当は支給されませんので、ご注意ください。なお、該当者には8月上旬に通知書を郵送します。

期間／8月5日(月)～9日(金)

午前8時30分～午後5時15分

※水曜日は午後7時まで。

提出場所／子ども福祉課（本庁）
市民窓口課（支所）

提出書類

- ①児童扶養手当現況届
- ②養育費に関する申告書
- ③受給資格確認票

※その他必要に応じて、提出書類があります。

手当の支給額（月額）

児童1人

全部支給 42,910円

一部支給 42,900円～10,120円

児童2人目の加算額

全部支給 10,140円

一部支給 10,130円～5,070円

児童3人目以降の加算額

（1人につき）

全部支給 6,080円

一部支給 6,070円～3,040円

問 1 子ども福祉課 TEL 23-7331

お知らせ

小児マル福外来
18歳まで拡大

問 1 保険年金課 TEL 23-7318

▼10月1日から小児マル福制度の外来の対象範囲を18歳まで拡大します。助成を受けるには「医療福祉費受給者証」が必要になりますので申請してください。申請書は対象者へ郵送します。すでに【入院のみ】の受給者証をお持ちの方は申請不要です。8月末までに申請された方には、9月末までに「医療福祉費受給者証」を郵送します。

お知らせ

「妊活会」
開催

問 茨城県産婦人科医学会
TEL 029-241-1130

▼不妊症について、助産師や不妊カウンセラーと共に妊活ストレッチやミニ講話を交えながら、疑問や悩んでいること、聞いてみたいことなど、みんなで一緒に話ししてみませんか。
日時／9月1日(日)
午後2時～4時
会場／茨城県三の丸庁舎
申込方法／8月26日(日)までに電話で申し込み

相談

養育費相談会

問 茨城青年司法書士協議会
TEL 029-291-7856

▼茨城青年司法書士協議会（共催 茨城司法書士会）と全国青年司法書士協議会では、養育費に関する無料電話相談会を開催します。
日時／9月7日(土)
午前10時～午後4時
TEL 0120-567-301
（フリーダイヤル）
※相談料は無料。秘密厳守。

お知らせ

食用油の
回収を実施

申・問 2 支所総務課
（内線1335）

▼八郷地区の人を対象に食用廃油の回収を実施します。職員が自宅まで伺いますので、希望する人はご連絡ください。
回収日／
①8月20日(火) 柿岡・小幡・葦穂・恋瀬地区
②8月21日(水) 瓦会・園部・林・小桜地区
申込方法／回収日前日までに電話で申し込み

広告掲載欄

広告掲載欄

メールマガジンで
防災情報を発信中
 今すぐメルマガに登録を！



☎ 社会福祉法人 茨城いのち
 の電話 事務局
 Tel 029・852・8505



申込方法 / ネット申込のみ
[https://www.kokuchpro.com/
 event/ind20190810/](https://www.kokuchpro.com/event/ind20190810/)

講師 / 諸富 祥彦氏
 (明治大学文学部教授)

テーマ / 「子どもの生きづら
 さに耳を傾けるー自殺防止
 のためにー」

会場 / つくば国際会議場
 中会議室202
 (つくば市竹園2・20・3)

日時 / 8月10日(土)
 午後2時～4時

お知らせ
**「自殺予防講座」
 開催**

問1 介護保険室
 Tel 23・7327

第6期 令和2年3月2日(月)

第5期 12月25日(木)

第4期 10月31日(木)

第3期 9月2日(月)

普通徴収の納期と納期限

でに納めてください。

額決定通知書兼納入通知書

を送付します。各納期限ま

は8月中旬に「介護保険料

決定通知書」を送付します。

開始通知書」を送付します。

▼ **年金天引きされない人へ**

▼ 介護保険料が年金から天引

きされる特別徴収の人には

8月上旬に「介護保険料額

決定通知書兼特別徴収変更

通知書」を送付します。

▼ **年金天引きの人へ**

▼ 介護保険料が年金から天引

きされる特別徴収の人には

8月上旬に「介護保険料額

決定通知書兼特別徴収変更

通知書」を送付します。

▼ **介護保険は介護サービス利**

用額の1/3割を利用者が

負担します。

残りの7/9割のうち23%

相当分を65歳以上の人の保

険料で賄っています。65歳

以上の保険料は、前年の所

得に応じて決定されます。

お知らせ
**介護保険料が
 決定**

◆令和元年度 所得段階別保険料 ※第1段階から第3段階の保険料が変わります。

段階	課税状況	所得の基準額	保険料率	年額 (円)
1	生活保護または老齢福祉年金受給者で世帯全員が非課税		0.375	25,450
		合計所得金額(※1) + 年金収入(※2) 80万円以下		
2	世帯全員が非課税	合計所得金額+年金収入 80万円超～120万円以下	0.625	42,410
3		合計所得金額+年金収入 120万円超	0.725	49,200
4		合計所得金額+年金収入 80万円以下	0.9	61,080
5	本人が非課税 (世帯の誰かは課税)	合計所得金額+年金収入 80万円超	1	67,870
6		合計所得金額 120万円未満	1.2	81,440
7	本人課税	〃 120万円以上 200万円未満	1.35	91,620
8		〃 200万円以上 300万円未満	1.6	108,590
9		〃 300万円以上 500万円未満	1.8	122,160
10		〃 500万円以上	2.1	142,520

※1 収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額。
 ※2 国民年金・厚生年金・共済年金等課税対象となる種類の年金収入額のこと。障害年金・遺族年金・老齢福祉年金等は含まれません。

広告掲載欄

問 1 石岡市役所本庁舎 2 八郷総合支所 Tel 43-1111（代表）

※料金の記載のないものは無料。

石岡地区のみなさんへ

お盆の御供物は

8月16日（金）午前8時まで

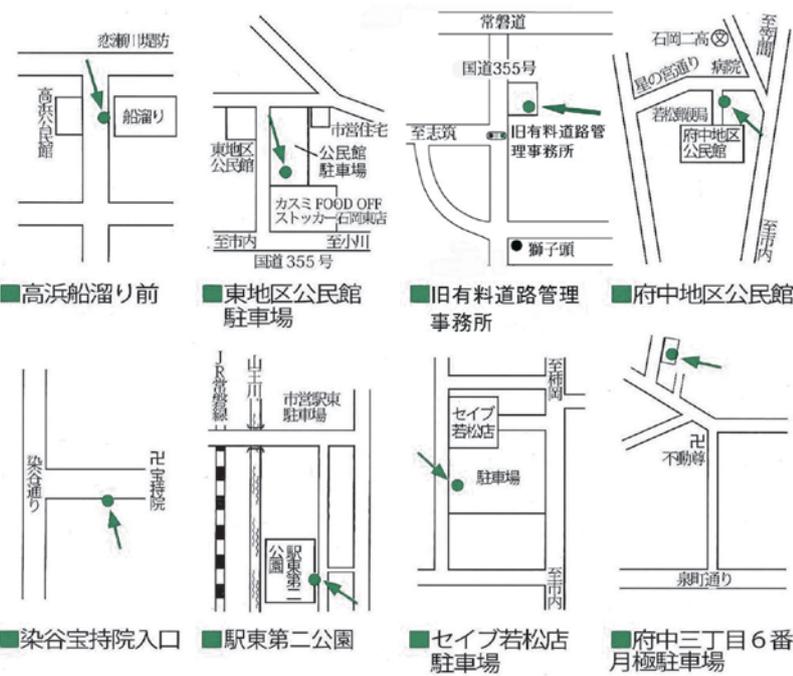
お盆の供物は、8月16日（金）午前8時までには最寄りの指定場所にお送りください。指定収集日に分別して一般集積所へ出すこともできます。

※中身が入った缶・ビン類、

ちようちんや祭壇類は回収できません。また、お線香は火災の原因になりますので立てないでください。

問 生活環境課

Tel 23・7301



※宮部地区ふれあい農園駐車場の御霊送り回収は平成30年度から廃止。

排水設備主任技術者試験・講習会

▼受講するには住民票や卒業証明書、受講手数料などがが必要です。詳細は市HPを確認してください。

試験日時／10月31日（木）

午後1時30分～3時30分

※受付は午後0時30分から

講習会日時／9月25日（土）

午後1時30分～4時30分

※受付は午後0時30分から

試験・講習会場所／

ホテルグランド東雲

申込締切／8月16日（金）

問 下水道課

Tel 23・7742

下水道コンクール 作品募集

▼下水道への理解を深めるため、市内の小中学校を対象に「令和元年度茨城県下水道促進週間コンクール（茨城県主催）」への応募作品を募集します。

部門／絵画・ポスター部門、

作文部門、書道部門、標語

部門、新聞部門

対象／市内各小中学校生
応募方法／市内各小中学校を通じて募集

問 下水道課

Tel 23・7742

おしらせ 9月10日は 下水道の日

▼「下水道の日」は、昭和36年に、当時整備が遅れていた下水道の全国的な普及促進のため「全国下水道促進デー」として制定されたのが始まりです。9月10日となったのは、下水道の大きな役割の一つである「浸水の防除」を念頭に、台風シーズンである立春から数えて220日が適当であるとされたからです。その後、平成13年により親しみのある「下水道の日」という名称になりました。

下水道の役割とは？

お風呂やトイレなど家庭から汚水を集めて浄化し、自然にかえす大切な役割を担っています。

問 下水道課

Tel 23・7742

おしらせ 道路への倒木・枝の張り出しに注意

▼道路や歩道への倒木・枝の張り出しで通行の支障になっています。これらが原因で車両や歩行者に事故が発生した場合には、その樹木の所有者が責任を問われる場合があります。また、近年多発しているゲリラ豪雨や台風への対策としても、自宅周辺の環境整備にご協力ください。

作業時の注意点

・電線や電話線がある箇所での作業は危険を伴うので、最寄りの東京電力やNTTに連絡し、立ち会いのもとで行ってください。

・作業する周辺を通行する車両や自転車、歩行者の安全確保と、樹木からの転落防止などに十分注意してください。

問 県道・茨城県土浦土木事務所

Tel 029・822・4346

市道・道路建設課

Tel 23・5529

スポーツ
5月～6月
大会結果

第53回石岡地方中学生ソフト

テニス大会(団体)

5月19日・柏原野球公園テニスコート

男子優勝/土浦第二中学校

女子優勝/玉造中学校

春季混合年齢別

バドミントン大会

5月26日・石岡運動公園体育館

混合複A

優勝/岡野晃輝・飯村梨衣子

混合複B

優勝/稲葉穰・松本敏美

混合複C

優勝/鈴木良太・関口啓子

混合複D

優勝/栗原博之・伊藤陽美

混合複E

優勝/井上茂・小松崎佐知子

第8回石岡市議会議長杯

グラウンドゴルフ大会

6月7日・石岡運動公園

男子優勝/岩田晴雄

女子優勝/狩谷栄子

第8回石岡市TBG協会

会長杯大会

6月13日・ひまわりの館

男子シニアの部

優勝/古谷田光義

男子ゴールドシニアの部

優勝/千葉勝守

女子の部優勝/富田きよ子

第22回石岡市長杯

バレーボール大会

6月15日・石岡運動公園体育館

準優勝/三友クラブ

令和元年度石岡市スポーツ

少年団市長杯剣道大会

6月16日/石岡運動公園体育館

団体の部

優勝/林少年剣道教室A

3年生以下の部

優勝/櫻井蒼汰(小幡剣道教室)

4年生の部

優勝/坂本陽音(府中剣友会)

5年生の部

優勝/飯田風太(林少年剣道教室)

6年生の部

優勝/山下梅冬(府中剣友会)

第23回石岡市長杯

グラウンドゴルフ大会

6月19日・柏原池公園

男子の部優勝/田村貞雄

女子の部優勝/千葉初子

相談
行政書士の
無料相談会

▼日常生活で困っていること、将来に対する不安など、気軽に相談ください。

日時/8月17日(土)

午後1時～4時

場所/国府地区公民館

(国府5・7・1)

相談内容/遺言、相続など各種行政手続き

※前日までに電話で予約

茨城県行政書士会県南支部

Tel 43・0536(若山)

お知らせ
ハローワークを
ご利用ください

▼ハローワークでは、受付した求人から自分に合った仕事が見つかるよう、相談しながら仕事の紹介を行っています。

利用できるサービス内容

- ①就職に関する相談②求人紹介③求人情報の提供④応募書類の書き方⑤職業訓練の案内など

問 ハローワーク石岡

Tel 26・8141

お知らせ
32歳まで受験可
警察官採用試験

警察官A採用(大卒程度) 人数/男性約40名、女性約5名

資格/昭和61年4月2日以降に生まれた人で、大学(短大を除く)卒業した人、若しくは令和2年3月31日までに卒業見込みの人

警察官B採用(A区分以外) 人数/男性約80名、女性約10名

資格/昭和61年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人で、警察官Aの受験資格(学歴区分)に該当しない人

受付/8月22日(困)午後5時までにインターネット(電子申請)から申し込み

一次試験/9月22日(日)採用予定日/令和2年4月1日

問 石岡警察署警務課

Tel 28・01110

※募集要項や採用説明会の情報は石岡署ホームページに随時掲載しますのでご確認ください。



相談
予約不要!
無料結婚相談会

▼ご両親の相談も可能です。日時/8月25日(日) 午前10時～午後3時

場所/東地区公民館(東石岡4・6・24)

必要書類/身上書・写真(L版1枚)

問 マリッジサポーター石岡地域支部

Tel 23・3829(大内)

お知らせ
ご協力ください
全国家計構造調査

▼5年ごとに全国的に行われるこの調査は、国や県の各種行政施策や、税金・年金制度の改定などのための貴重な資料となります。8月から調査員が世帯を訪問しますので、調査へのご協力をお願いします。

時期/10月～11月(2か月間) 調査対象地区/

旭台、東光台、南台、三村各地区の一部

問 政策企画課

Tel 23・7277

問 石岡保健センター TEL 24-1386 八郷保健センター TEL 43-6655

01

8月の地区健診

当日の受付時間：午前9時30分～11時・午後1時30分～3時

8月1日(日) 石岡市民会館

8月5日(木) 小幡地区公民館

8月27日(日) ふれあいの里石岡ひまわりの館

健診項目・個人負担金 ※70歳以上は無料

- ・健康診査（18～39歳）：1,000円
- ・特定健康診査（40～74歳）：1,000円
- ・後期高齢者健康診査（75歳以上）：無料
- ・肺がん検診（40歳以上）：300円
- ・大腸がん検診（40歳以上）：500円
- ・前立腺がん検診（50歳以上男性）：600円
- ・肝炎ウイルス検査
（40歳以上で過去受診歴がない人）：1,000円

受診券について（当日、保険証と共に持参）

- ① 18～39歳の人：保健センターに事前申込。
- ② 国保加入の40～74歳の人：「特定健康診査受診券」を持参（保険年金課から郵送済）。
- ③ 国保外の40～74歳の方：加入中の医療保険者に確認。
- ④ 75歳以上の方：「後期高齢者の健康診査受診券」を持参（保険年金課から郵送済）。

※健康診査（39歳以下）・大腸がん検診・肝炎ウイルス検査を希望する人は事前にお申してください。
※S37.4.2～S54.4.1生まれの男性に風しんの抗体検査を実施しています。要申込。
※生活保護や世帯員全員非課税などに該当する人は、事前申請により負担金が免除になります。詳しくはお問い合わせください。

02

7月23日から申込受付中！子宮がん・乳がん集団検診

8月29日(日)・30日(金)

9月6日(金)・7日(土)・9日(日)

10月16日(日)・17日(日)・18日(金)・27日(日)

検診場所：石岡保健センター

受付時間：①午前10時～10時30分
（乳がん検診のみ）

②午後0時20分～1時10分
（子宮がん・乳がん検診）

定員：子宮がん検診 1日90人
乳がん検診 1日70人
※定員になり次第、受付終了

検診項目・個人負担金※70歳以上は無料

- ・子宮がん検診（20歳以上）：1,500円
- ・乳がん検診
 - 超音波検査（30歳～65歳）：1,000円
 - マンモグラフィ2方向（40～49歳）：1,500円
 - マンモグラフィ1方向（50歳以上）：1,000円

※マンモグラフィは2年に1度の検査です。
※40歳以上50歳未満の方は、マンモグラフィと超音波検査の併用検診をお勧めします。
※超音波検診対象の生年月日はS29.4.2～H14.1です。
※40歳以上の方は大腸がん検診（便潜血検査2日法・500円）も同日に受ける事ができます。ご希望の方には検査セットを同封いたします。

03

少しずつでも、あなたの今の気持ちを聞かせてください

こころといのちの電話相談

こころの悩みや心配を誰にも話せず一人で抱えていませんか？保健センターでは専門の相談員が電話で相談に応じています。秘密は守られます。安心して電話をおかけください。

日時：毎月第2火曜日
午前9時～12時
午後1時～4時

TEL 43-6655（八郷保健センター内）

市長日記

Vol.46

7月8日(月)
万年筆の書き心地

鳥取駅前の目抜き通りを歩いている時、洒落たオーダー万年筆店が目に入りました。店内に入るとショーケースに重厚な万年筆がずらりと並んでいます。一本一本が存在感を放ち、色や形が個性的で、宝石のような輝きを放つ逸品もありました。

「どうです、試しに書き心地を確かめてみては」と店主が差し出したのは、トレイに並ぶ中でも一番に高級そうな万年筆でした。手にとってみると、しつくりと指になじみ、ペン先が軽快に走ります。「これなら長時間使っても疲れを感じないし、喋るようにペンを動いていきますね。この万年筆のお値段は？」恐る恐る聞くと「38万円で、今予約するとお届けは2年後です」この店のオーダー万年筆は世界的な人気製品のようにです。店内に目をやると、大きな

赤いカレンダーが貼られ、よく見ると因幡国の麒麟獅子が描かれています。この地、独特の民俗芸能で、世界遺産の認定取得を待ちわびているところでした。

「25年前に鳥取市を訪れた際に麒麟獅子の研究発表を聞ききました」当時の様子が鮮明によみがえってきました。「奇遇ですね。その発表の場にいたのが私です。まちの固有のものを探して、地域活性化のシンボルにしよう」と模索していたのです」と店主。

25年もの間、麒麟獅子一筋にまちおこしを貫いてきたことに深い感動を覚えると共に、不思議な縁を感じました。「もっとお手軽な万年筆はありませんか」モジモジと店主に尋ねると、取り出したのは、ドイツ製のペリカンの万年筆です。キャップを回し、試してみると、文字が上手くなつたような書き心地です。しばらく忘れていた感触を実感した瞬間、値段も聞かずにペンをレジに差し出して自分のがいました。

文・今泉文彦

まちかど情報センターニュース

※駐車場はまちかど情報センター駐車場(向かい側) 臨時駐車場をご利用ください。

Tel 27・5171

開館時間/午前10時～午後8時(木曜休館)

●夏休みプロジェクト
恐怖のお化け屋敷

期間/8月4日(日)まで
時間/午後2時～5時

●ギャラリー
戦争の記憶～写真展～

期間/8月10日(土)～16日(金)

●がってんカフェ&モール
「認知症でもポジティブに暮らす」

～前向きな生活獲得の力となるもの～
日時/8月28日(木)
午前10時～

講師/宮崎直人氏
グッドライフ代表取締役
グループホームアウル総務施設長

対象/認知症ご本人・ご家族・介護現場のスタッフなど

がってんモール同時開催
▼センター内の「がってん

●歴史カフェ(参加自由)
日時/8月26日(日)午後2時～

案内人/矢口輝行氏
(まちかど歴史案内人)

●パソコン教室
仲間とワハハで脳活OK

日時/8月12・19日(月)

①午前10時～12時
②午後1時～3時
③午後3時～5時

資料代/500円

●折り紙教室
日時/8月24日(土)

●ちりめん小物
日時/8月17日(土)

●まちかどバザール
今月は7日(木)開催!

日時/毎週第1水曜日
午前10時から

8月のコミュニティ
●心と身体の健康相談
(不定期開催)

時間/午前10時30分～午後1時

※いつでも血圧が測れるように血圧計を用意しています。

【8月の休館日】5日(月)・12日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)

石岡市立中央図書館 創立130周年記念イベント

◆歴史講座「筑波山と連歌」

「筑波の道」とも言われた連歌は武士の教養で、佐竹氏周辺の武士も嗜みました。本能寺の変直前の明智光秀の連歌や、筑波山の連歌をとりあげ、連歌という文芸について理解を深めます(生涯現役プラチナ応援事業対象)。

日時：9月7日(土)午後2時～

場所：中央図書館 読書室



申込方法：8月9日(金)

から電話または図書館カウンターに申し込み。

◆講師は綿拔豊昭氏(筑波大学図書館情報メディア系教授)

◆筑波大学特別展示

「神話の里と連歌～石岡市立中央図書館創立130周年記念企画～」

和歌・連歌に関する古典資料・石岡市地域資料・筑波大学図書館所蔵の地域資料等の展示を行います。

日時：8月1日(木)～9月27日(金)

午前9時～午後5時

(8月10日(土)～18日(日)は閉室)

場所：筑波大学

春日エリア情報メディアユニオン

夏休みの

こども図書館

※夏休み中の平日は午後7時まで開館しています。

としよかんクイズラリー

▼達成者には素敵なプレゼントがあります。

日時／8月1日(木)～11日(日)

対象／小学生・中学生

わおんかいのおはなし会

日時／8月23日(金)

午後1時30分～

ビブリオバトル参加者募集

日時／8月25日・9月8日(日)

午後2時～

場所／中央図書館 読書室

申込方法／図書館窓口へ直接または電話申し込み

おはなし会

こども図書館本の森

おはなし玉手箱 8月3日(土)

おはなし会 8月17日(土)

ひよこのおはなし会

8月8日(木)

※時間はすべて午前10時30分から

中央公民館

おはなしフレンズ

8月10日(土) 午後2時30分～

時の記憶

シリーズ161

昭和49年茨城国体

～旗・炬火リレー～

問文化振興課(支所)

Tel 43-1111 (内線1324)



国体とは、都道府県持ち回りである。都道府県最大のスポーツ大会です。都道府県対抗方式で行われ、「天皇杯」と、「皇后杯」で優勝を目指します。

第一回目の国体が開催されたのは、昭和21年。戦後の混乱期の中で国民に勇気と希望を与えるために近畿地方で開催されました。

第二回以降は都道府県持ち回り開催となり、茨城県では昭和49年に第29回国体が開催されました。そして、今年45年ぶりに開催されます。

オリンピックの聖火にあたるものを国体では「炬火」といいます。第29回国体では原子力東海研究所(科学の火)、筑波山(自然の火)、鹿島神宮(伝統の火)の三か所で採

火され、県内を一週間にわたってリレーされました。

石岡市では「伝統の火」を引き継ぎ、大勢の市民の声援をうけ、石岡地区では、中学校3校、高校3校の生徒が走者として、八郷地区では、中学校4校、高校1校の生徒と青年団が走者としてリレー。

大会旗とともに約一万八千人の県民の手によって届けられた3つの火は県庁で集火され、「まごころの火」となり開会式で点火されました。

ふるさと歴史館では、昭和49年茨城国体を紹介する企画展を開催します。

昭和49年茨城国体の足跡

— スポーツの普及と充実 —

期間／8月6日(火)～

11月4日(月)

場所／ふるさと歴史館

(総社1・2・10)

※月曜休館(祝日の場合は翌日)



府中中学校前の道路を通る旗・炬火リレー (提供：太田晃氏)

俳句

いしおか俳句同好会

貝地ひら小池 つと夢
ひきがへる万年平の面構へ
東大橋 醍醐 正夫
ちやぶ台におひつがのつて豆
の飯

北府中 高木 忠雄
運もまた生きる力や雨蛙

太田 根岸 基美
白靴を下す日の朝笑みこぼる

北府中 野村 畝津子
生きるとは家を背負ってかた
つむり

やさど俳句会

太田 越智 旅舟
晩学は長寿の薬ラムネ飲む

細谷 松崎 淑子
夏の句座公民館に風すぐる

部 原 中島 れい子
どこまでも続く青田や遠き山

短歌

石岡短歌同好会

山崎 若色 茂
身に着けるものは綺麗にと言
いていし散歩の翁にしばらく
会わず

東大橋 醍醐 正夫
北斎の読み本挿絵開き見て表
わるる妖怪にぎよつと驚く

南台 田村 満佐

高原の五月の風がさはやかに
入り来るなりバスの窓より

八郷短歌会

柿岡 小林 渥子

声だけは元氣と電話を仲立ち
に共通の話題ふくるるばかり

月岡 菱沼 む免子
高校生が育てたという花の苗

シニアの我等花壇に植える

俚謡

石岡俚謡会

川又 関 清志

朝に目覚めて 蕾が開く

蝶が恋する 夏の庭

貝地 前島 くに子

明けた令和に 心が弾む

家族揃って 祝い膳

石岡 石塚 芳華
初夏の俎板なま いい音たてて

妻が捌いた 初がつお

鹿の子 田村 こまくさ

山は一面 緑に萌えて

生きる力に 溢あふれてる

東光台 福田 泰夫

富士を背にして お茶摘む母の

味も香りも 日本一

杉並 助川 浩史

明日を夢みる 百才時代

日々を楽しく 生きている

国府 篠原 美千代

欲を出さずに 真つすぐ道を

行けば躓く 石は無い

下林 加藤 弥生

久慈の谷間の 気温と風で

育つ茶の香の 味を出す

府中 稲田 すみ

年を重ねて いるけど若い

色香残した 祖母の顔

川柳

いしおか川柳会

大増 小川 義隆

青春の悩みは何かほろ苦い

青田 桜井 紀美子

もつたない世代が違う嫁姑

石岡 高橋 佐智子

孫帰る家中全てミルク色

投稿作品

〈俳句〉

真家 川崎 夫久

摘み取れば水のしたたる花茗荷

〈短歌〉

山崎 鈴木 君江

遅れ花 一つ咲かせて木蓮の

夏日耀ふ水無月ひと日

文化協会だより

第12回 石岡囃子連合保存会

昭和46年に発足した当会は、平成30年に10団体から15団体へ団体数を増やし、精力的に取り組んでいます。

土橋町の獅子舞と、テンポのはやい三村流・ゆっくりテンポの染谷流で山車囃子を伝承しています。昭和55年に「石岡ばやし」として、茨城県指定無形文化財に指定されました。

常陸國總社宮例大祭（石岡のおまつり）をはじめ、国内の大きなイベントや海外遠征など数多く出演しています。

各支部においては、「石岡ばやし」の伝

統を保持し、後継者育成に力を注いでいます。

会員／800名 年会費／10000円（団体）

石岡囃子連合保存会（一毛芳昭）

TEL 23-8130



ヘルプカード ヘルプマークを 配布しています



次の窓口で配布しています

- ・石岡市役所本庁（社会福祉課・高齢福祉課・こども福祉課・市民課・保険年金課）
- ・八郷総合支所市民窓口課
- ・地域包括支援センター
- ・保健センター（石岡・八郷）
- ・市役所出張所（園部・恋瀬）
- ・中央公民館・東地区公民館
- ・府中地区公民館
- ・城南地区公民館・国府地区公民館
- ・社会福祉協議会（石岡・八郷支所）

ご自身の情報やかかりつけ医、特に配慮してほしいことを記入し、周囲の人が気付くように携帯してお使いください。

外見からは分からなくても、
援助や配慮が必要な人がいます。
このマークを見かけたら
思いやりのある行動を

ヘルプカード・ヘルプマークは、外見ではわからない障がいのある人や難病の人・妊娠初期の人などが、周囲に支援や配慮を必要としていることを知らせ、援助を得やすくするよう作成されたものです。

ヘルプカードを持っていて困っている人を見かけたら、「何かお手伝いすることはありますか？」と声かけや支援をお願いします。

☎社会福祉課 TEL 23-5569

わが家のアイドル

■市内在住の未就学児のお子さんの写真を広報紙に掲載しませんか？

詳しくはお問い合わせください。 ☎秘書広聴課 TEL 23-7275 年齢・月齢は写真撮影時のもの



皆川 しずくちゃん
(1歳)
(東成井)

毎日元気いっぱい
のしーちゃん！
楽しいことをたく
さん経験して、す
くすく元気に育
ってね♡



堀川 葉暖ちゃん
(10か月)
司ちゃん (8歳)
(柿岡)

妹にメロメロなお兄
ちゃん♡家族みんな
2人の成長が楽しみ
です♪これからも仲
良く大きくなあれ♪