

広報



特集

在宅医療・介護を考える …… P2~5

おめでとうございます …… P6
トピックス …… P7
エコミュージアム通信 …… P8
ジオの世界へようこそ／旬彩レシピ …… P9
市民提案型まちづくり事業を募集 …… P13
オオタスポーツ／グッジョブ …… P19

平成28年(2016) 3 月号

No.652

【常陸太田市のイチゴ】



【特集】

在宅医療・介護を考える

住み慣れた地域・家庭で、自分らしく過ごすことができる在宅医療支援体制について、市の取り組みを紹介します。

健康づくり推進課 ☎ 73-1212
 高齢福祉課 (内線 154)

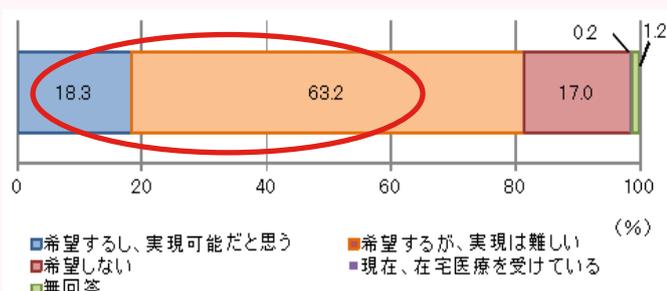
◇市の高齢化率(図1)



出典: 2000年: 国・県・市(国勢調査)
 2013年: 国(総務省統計局概算値)、県・市(愛知県常住人口調査)
 2025年: 日本の将来推計人口(国立社会保障・人口問題研究所)
 国(平成24年1月推計)、県・市(平成25年3月推計)

◇市民アンケート調査(図2)

問 在宅医療を希望しますか。また、その実現は？



市の在宅医療・介護の取り組み

現在、国内における高齢者人口の比率は世界最高水準に達しています。

当市の高齢化率(図1参照)は、平成25(2013)年が31・7%。平成37年には41・8%で、国・県と比べると約10%高く、このままいくと医療機関の受け入れ患者数は限界に達すると予想されます。

こうした中、市では、日常生活を送りながら訪問診療・訪問介護などが受けられ、可

能な限り住み慣れた地域・家庭で自分らしく過ごすことができる在宅医療を支援しています。市内医療機関や介護施設等の多職種と連携を図るため、市在宅医療・介護連携推進協議会を立ち上げ、平成25年度から整備を進めています。

図2は、平成25年にこの協議会が行った市民アンケートの調査結果です。在宅医療を希望している人は80%以上で、そのうち63%は実現は難しいと回答がありました。



在宅医療・介護連携推進協議会

今回の特集では、これらのアンケートを基に在宅医療・介護について考えていきます。

在宅医療・介護の現状

当市の在宅医療・介護については、実際に選択される方はまだ少ないのが現状です。市民アンケート調査（2ページ参照）では、在宅医療を希望する人が8割以上でしたが、実際に利用者の方に『最期はどこで迎えたいですか？』というアンケート調査（下表参照）を行ったところ、5割弱という結果でした。

その大きな要因が、「急変時の対応」や「家族の介護の負担」への不安が大きいようです。市では、このような不安を取り除き、より充実した医療・介護を行っていくために、医師、訪問看護師、ケアマネジャー、ホームヘルパーなど多職種連携をさらに強化し、市民が安心して在宅医療・介護が受けられるよう推進していきます。

interview

在宅医療の拠点づくりをめざして

大森医院
院長 大森英俊さん



里美地区では、約4割が65歳以上。また、医療機関が2つしかないため、満足に医療を受けられない高齢者も少なくありません。自宅近くで在宅医療を受けられるようにしていきたいと考え、診療所に訪問看護ステーションを併設し、患者さんがいつでもサービスを受けられるようにしています。よく「家族で介護するのは難しい」という声が聞かれます。今は、昔とは違って、医師や訪問看護師等が連携しています。医療サービスを受けたり、訪問介護やショートステイなどを利用することで、家族の負担が軽減しています。在宅医療をしている患者さんを見ると、住み慣れた家で家族と一緒にいられる安心感により回復するケースが見受けられます。

これから超高齢化が進む中、国はますます在宅医療を推進していくと思います。今後は、もっと手軽に利用しやすいように、近隣の医師との連携を図りながら拠点づくりを進めていきたいと考えています。



訪問診療

在宅医療・介護の利用者の方に聞きました

市では、市民の皆さんが在宅医療・介護に対してどのような考えや受け止め方をされているか、在宅医療を利用した方や以前に利用していた方約100人にアンケートを実施しました。

◇在宅医療を受けている地区は？

- 1. 里美地区・・・57%
- 2. 常陸太田地区・・・34%
- 3. 金砂郷地区・・・6%
- 4. 水府地区・・・3%

◇在宅医療を受けてよかった？

- 1. 受けてよかった・・・96.8%
- 2. 変わりなし・・・3.2%

在宅医療を受けている地区で最も多いのは里美地区。その中で、在宅医療を受けている家族構成を調べてみると、約6割の方が子どもと同居または敷地内同居、夫婦と1人暮らしの方が2割ずつとなっています。

◇在宅医療をどこで相談しましたか？

- 1. 居宅介護支援事業所・・・44.2%
- 2. 看護師など医療スタッフ 18.1%
- 3. 医師・・・14.5%
- 4. ケースワーカー・相談員 8.0%
- 5. 家族・・・5.1%
- 6. 地域包括支援センター・・・4.3%

◇在宅医療で気になったこと？

- 1. 急変時の対応・・・17.1%
- 2. 自分の身体の負担・・・15.0%
- 3. 経済的な面・・・13.0%
- 4. どのような医療を受けられるか・・・8.3%
- 5. 世話をする人の不安・・・7.3%

◇最期はどこで迎えたいですか？

- 1. 自宅・・・46.8%
- 2. 医療機関・・・36.2%
- 3. 施設・・・11.7%
- 4. その他・・・5.3%

◇在宅医療のどのような体制が必要？

- 1. 24時間体制・・・22.4%
- 2. 定期的な訪問介護
訪問診療の充実・・・18.4%
- 3. 急変時の入院体制・・・14.4%
- 4. 医療と介護の連携体制 8.8%
- 5. 家族の負担のための
サービス・・・8.8%

※市在宅医療・介護連携推進事業
実態調査報告書より



在宅医療のことについて教えて

在宅医療・介護とはどのようなものなのか、皆さんの素朴な疑問にお答えします。

Q. 在宅医療の相談や説明を受けたいのですが？

A. 在宅医療を希望する方は、身近なかかりつけ病院や看護師などの医療者に、具体的な内容について尋ねてみてください。また、市地域包括支援センター（☎ 72-8881）・ケアマネジャー・訪問看護ステーションに気軽にご相談ください。

Q. 在宅医療を受けたいと思ったとき、何をすればいいですか？

- A. 現在かかりつけ医がいる方は、その医師にご相談ください。在宅医療（訪問診療）を行っている開業医であれば、そのまま在宅でも継続して医療を受けることができます。
- A. 病院に入院中または通院中で、現在のかかりつけ医が在宅医療（訪問診療）を行っていない場合は、かかりつけ医、またはソーシャルワーカー（医療福祉相談員）などに相談してください。
- A. かかりつけ医がいない方は、まずは最寄りの医療機関に相談してください。（5 ページ参照）

Q. 「訪問診療」と「往診」は違うのですか？

◇訪問診療とは

A. 自宅で療養を行っている患者さんで、通院による療養が困難な場合に、あらかじめ医師と患者さんとの間で同意を得た上で、計画的な医学管理のもとに定期的に訪問をして診療を行うことです。

◇往診とは

A. 急変時その他、患者さんや家族の要望で不定期に行う在宅医療のことです。



Q. 在宅医療では、訪問看護が大事だと聞きましたが

A. 訪問看護師はかかりつけ医の指示で、24 時間 365 日対応。血圧・体温・脈拍などをチェックし、在宅での療養生活を医療・介護の視点で、患者さんの症状に応じたケアやお薬が正しく飲めているかなどの確認を行います。

Q. 在宅医療の医療費が心配

A. 在宅医療（訪問診療）にかかる費用は、主に、医療保険または介護保険で支払われます。医療保険によって支払われる費用については、上限額が定められているので、一般的な高齢者の場合、大きな負担にはなりません。ただし、医療保険の種類や所得などによって自己負担の割合が異なります。かかりつけの医療機関に相談してください。

Q. 在宅医療の最も大きなメリットは？

A. 「住み慣れた場所で、毎日生活できる」ということです。住み慣れた家で家族などと一緒にいられる安心感が大きなメリットです。これにより痛みが和らぐなど精神面への影響も大きいと言われています。また、入院治療より医療費は経済的であることが一般的です。

在宅医療のためにどんな準備が必要？

情報を集めて準備をすることが大切です。次のチェックリストをご参照ください。

- かかりつけ医はいますか？
- ケアマネジャーは決まっていますか？
- その医師は訪問診療が可能ですか？
- 介護保険の申請はしましたか？
- 入院中の方は、病院の主治医・ソーシャルワーカーに相談しましたか？
- 在宅医療について家族または信頼できる知人に相談し、理解してもらいましたか？



訪問診療・往診が可能な医療機関



下記の表は訪問診療（定期的または急変時などの在宅医療）が可能な医療機関です。

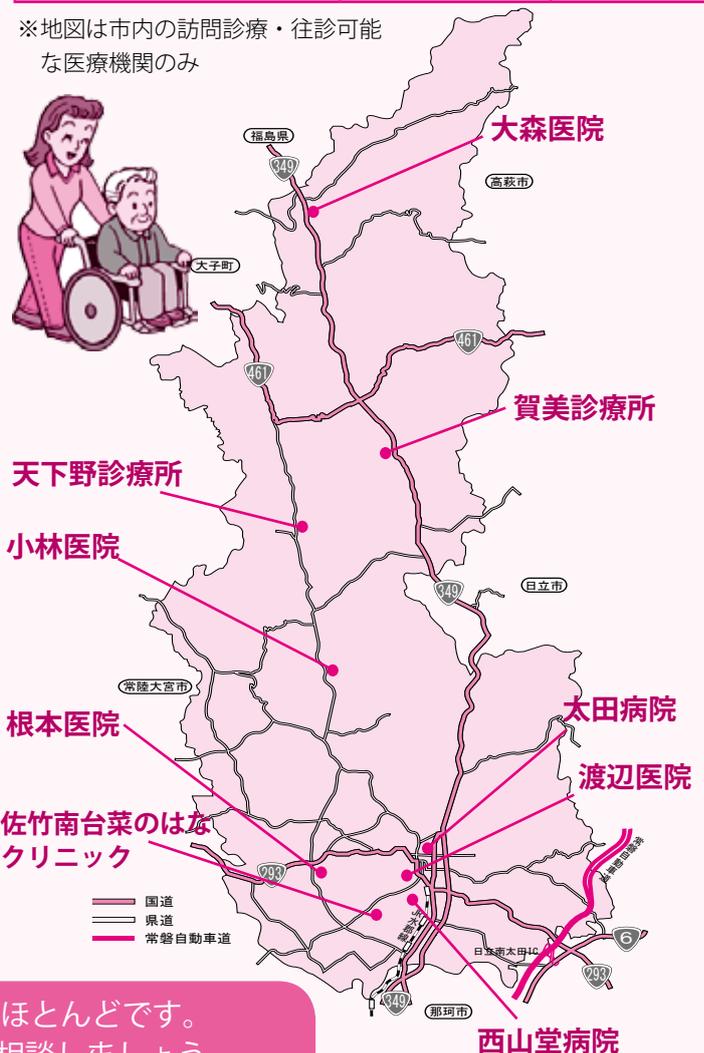
◆訪問診療・往診担当地区一覧

地区	町名	医療機関
太田	宮本町、内堀町、中城町、栄町、東一町、埴町、金井町、東二町、東三町、木崎一町、木崎二町、山下町、西三町、西二町、西一町、寿町	太田病院／西山堂病院／渡辺医院／いばらき診療所とうかい／いばらき診療所ひたち
機初	幡町、三才町、西宮町、田渡町、長谷町、高貴町	西山堂病院／渡辺医院／いばらき診療所とうかい／いばらき診療所ひたち
西小沢	岡田町、小沢町、内田町、落合町、堅磐町、上土木内町、沢目町	西山堂病院／渡辺医院／いばらき診療所とうかい／いばらき診療所ひたち／久慈茅根病院
幸久	上河合町、下河合町、藤田町、栗原町、島町	西山堂病院／渡辺医院／いばらき診療所とうかい
佐竹	磯部町、谷河原町、天神林町、稲木町	西山堂病院／渡辺医院／佐竹南台菜のはなクリニック／いばらき診療所とうかい／いばらき診療所ひたち
誉田	馬場町、新宿町、増井町、下大門町、上大門町、瑞龍町	西山堂病院／渡辺医院／いばらき診療所とうかい／根本医院
佐都	里野宮町、茅根町、春友町、白羽町、常福地町	西山堂病院／渡辺医院
世矢	小目町、亀作町、真弓町、大森町	西山堂病院／渡辺医院／いばらき診療所とうかい／いばらき診療所ひたち／南高野医院／久慈茅根病院
河内	町屋町、西河内下町、西河内中町、西河内上町	渡辺医院／大森医院／賀美診療所
久米	久米町、薬谷町、大里町、大平町、玉造町、芦間町	根本医院／西山堂病院
郡戸	花房町、新地町、松栄町、中野町、小島町	根本医院／西山堂病院
金郷	高柿町、大方町、竹合町、箕町、下利員町、中利員町、千寿町、岩手町	小林医院／根本医院／西山堂病院
金砂	上利員町、下宮河内町、赤土町、上宮河内町	小林医院／根本医院
山田	松平町、和田町、東連地町、棚谷町、国安町	小林医院
染和田	和久町、町田町、西染町、中染町、東染町、河内西町	小林医院
天下野	天下野町	小林医院／賀美診療所／天下野診療所
高倉	下高倉町、上高倉町	小林医院／賀美診療所／大森医院
小里	里川町、徳田町、小妻町、小中町、大中町	大森医院／賀美診療所
賀美	折橋町、小菅町、大菅町、上深荻町	大森医院／賀美診療所

◆対応医療機関

病(医)院名	住所	電話番号
太田病院	中城町173	72 - 1258
西山堂病院	木崎二町931-2	72 - 5121
渡辺医院	西三町2121	72 - 0178
佐竹南台菜のはなクリニック	天神林町870-245	80 - 2250
根本医院	久米町200	76 - 2255
天下野診療所	天下野町4954	87 - 0456
小林医院	町田町2093	85 - 0010
大森医院	徳田町474	82 - 3335
賀美診療所	小菅町406	82 - 2101
久慈茅根病院	日立市	52 - 2119
南高野医院	日立市	52 - 2660
いばらき診療所ひたち	日立市	54 - 3311
いばらき診療所とうかい	東海村	029-283-4110

※地図は市内の訪問診療・往診可能な医療機関のみ



かかりつけ患者に訪問診療等を行う医療機関がほとんどです。
在宅医療等を利用するには、かかりつけ医に相談しましょう。

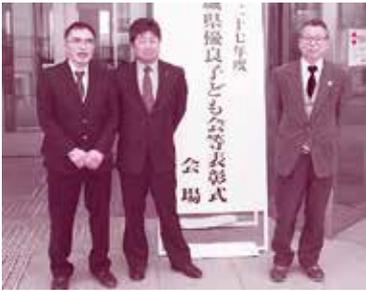
※平成 26 年 7 月現在

優良子ども会表彰

1月23日、県庁において平成27年度優良子ども会等表彰式（県・県教育委員会・県子ども会育成連合会主催）が行われました。当市からは西染子ども会が受賞。また、育成者として、小島ひばり子ども会の鴨志田廣さん・永井剛人さんが受賞しました。



西染子ども会の皆さん



小島子ども会の皆さん

全国スポーツ少年団剣道交流大会県大会で優勝



常陸太田選抜チームの皆さん

昨年12月13日、水戸市青柳公園市民体育館で行われた、第38回全国スポーツ少年団剣道交流大会茨城県大会に、常陸太田選抜チームが出場し、優勝しました。3月26日に鹿児島市で行われる、第38回全国スポーツ少年団剣道交流大会へ県代表として出場します。

交通安全の取り組みで交通 栄誉章緑十字銀章を受賞



須賀川悦久さん

1月15日、東京都の日比谷公会堂で平成27年度交通栄誉章の表彰が行われました。多年にわたり、自動車の運転をとおして交通事故の防止と交通秩序の確立に顕著な功績のあった、須賀川悦久さん（上高倉町）に緑十字銀章が贈られました。

県統計調査員功労者表彰

永年、統計調査に従事された統計功労者として、次の方々が県知事などから表彰されました。

◆農林水産大臣表彰

- 大金義一さん（小菅町）
- 山崎洋一さん（徳田町）
- 萩谷庄壽さん（下河合町）

◆県知事表彰

- 石井啓一さん（小妻町）
- 根本有美子さん（真弓町）
- ◆県統計協会総裁表彰
- 茅根泰さん（中利員町）
- 鈴木輝夫さん（小目町）

第64回勝田全国マラソンで 第2位



只野百合子さん

1月31日、ひたちなか市と東海村を舞台に健脚を競った、第64回勝田全国マラソン女子70歳以上の部に、只野百合子さん（磯部町）が出場、4時間35分5秒の記録で第2位に輝きました。

「みんなを元気にさせたいと思い、30代のときにやめたマラソンを50代からはじめ、毎日かかさず10kmを走っています。70代になりこれからますます練習に励み、頑張りたいです」

西山御殿跡（西山荘）が国指定史跡及び名勝になりました

西山御殿跡（西山荘）が、3月1日付けの官報で、正式に国指定史跡及び名勝として告示されました。史跡及び名勝としては、県内では2件目で、大正11（1922）年に指定された水戸市の「常磐公園（偕楽園）」以来、93年ぶりとなります。



西山御殿跡（西山荘）

※写真は公益財団法人徳川ミュージアム提供

市就職面接会

市とハローワーク常陸大宮主催による初めての就職面接会が、2月5日、パルティホールで開催されました。市内に事業所を持つ26社や今年の7月オープン予定の「道の駅ひたちおおた」も参加し、UI

Jターンや再就職を希望する方を対象に実施。また、就職情報以外にも移住相談会や市内保育園情報等、移住・子育てに関する情報も満載で、会



市内外から96人の来場者

場は大盛況でした。市では、今後もハローワーク常陸大宮と連携し、市内で就職を希望する方に対し、就職面接会を開催していきます。

「竜神」の巨大アートが完成

パルティホール敷地内に、「竜神」をテーマに巨大アート作品が完成しました。この作品は、筑波大学芸術系の國安孝昌教授が、昨年の7月から1人で取り組みました。作品タイトルは「常陸のおお田守る竜神」。約2千本の丸太と約4万個のレンガを巧みに組み



國安教授は「市の豊穡と安寧の願いを込めて制作。竜神の生命力を感じていただければ幸いです」と語る

上げた、高さ約16メートルを超える大作です。今年の秋に県北地域で開催される「県北芸術祭」のシンボルの一つとして期待されます。

「道の駅ひたちおおた」オープンに向けて

1月21日、県民文化センターで、いばらき「道の駅」シンポジウムが開催され、大久保市長や茨城大学人文学部小原准教授らによるパネルディスカッションが行われ、今後の道の駅のあり方など、意見交換が行われました。



いばらき「道の駅」シンポジウム

また、2月5日には、グランドアーク半蔵門（東京都千代田区）において茨城県人会連合会新年賀詞交歓会が開催され、橋本知事や市町村長など約500人が出席する中、県内市町村や団体が出演する展示コーナーにおいて、「道の駅ひたちおおた」のPRを行いました。



茨城県人会でPR活動

2月15日、「道の駅ひたちおおた」の管理・運営を行う「常陸太田産業振興株式会社」の設立総会が開催され、大久保市長が代表取締役就任しました。同社の資本金は6千万円で、市や市商工会、JA常陸、市森林組合、金融機関が出資。総会に出席した大久保市長は「市民に愛され誇れる道の駅にしたい」とあいさつ。7月21日に決定したオープンに向けて今後も準備を進めていきます。



常陸太田産業振興株式会社の設立総会

道の駅ひたちおおたで働いてみませんか？



7月オープンに向けて準備中

「道の駅ひたちおおた」および事業者等（テナント）の社員・パートタイマー・アルバイト等を募集します。詳細については今後、市ホームページやハローワーク常陸大宮のホームページ等に募集内容等を掲載します。



2月5日には就職面接会で説明が行われた

販流流通対策課（内線 661）



赤土町で収穫祭

2月14日、常陸秋そば発祥の地である赤土町で収穫祭が行われ、地域住民や学生ボランティアが参加しました。紅白のまゆ玉を作って会場を飾り付けた後は、けんちん汁と常陸秋そばという贅^{ぜいたく}沢な組み合わせを堪能。楽しい時間を共有していました。常陸秋そばは、休耕地を利用して栽培したもので、けんちん汁の材料も地元の食材が使われるなど、作物への感謝が込められた催しでした。



みんなで大きなまゆ玉を作る

完成したまゆ玉は3月中旬まで市役所本庁1階ロビーに飾ってありますので、ぜひご覧ください。



ガス式大型鍋で一気についたけんちん汁



おいしいそばと温かいけんちん汁に満足

上深荻・大菅町昔ながらを体験

2月21日、上深荻・大菅町で「里美に伝わる“昔ながら”を体験しよう！」が開催されました。地元で行われてきた年中行事や昔遊びなど、“昔ながら”を子どもたちに体験してもらうとともに、地域の交流を深めようと開催されているもの。7回目となる今回は市内外から多くの家族連れと学生ボランティアが参加。参加者は地元の方に教わりながら竹馬やけん玉遊び、大助人形や「むじなっばたき」などのわら



アツアツでおいしいね



竹馬楽しいよ

細工、割りばし鉄砲を作ったほか、餅つきに挑戦。まゆ玉を作ったりあんこ餅やきな粉餅、お雑煮にして食べました。参加した親子からは「大人もなつかしい遊びがたくさんあった」「昔ながらの餅つきを子どもに見せられて良かった」などの声が聞かれ、地域の伝統文化にふれながら楽しいひとときを過ごしました。



むじなっばたき



わら細工を体験

ちょっと寄り道

今月は金井町



真福寺

寺は町の有志が寄付を募り、成田山新勝寺（千葉県成田市）の直末として明治31（1898）年に建立。毎月28日の縁日には近郷近在の善男善女が集まり、常陸太田市の商業とともににぎわっていました。境内の桜は見事で「お不動さま」の功德を授かりながらお花見に来てください。

※善男善女とは、仏法に帰依した男女

金井町はその7割が戦後の宅地造成により生まれた町で、行政、金融、医療機関などが集まっているほか、太田七井の一つ「金が井」があります。今でも地下水が湧き出ているこの井戸は、以前は酒造りや飲料水として利用されていて、東日本大震災時は多くの人が飲み水を求めて訪れました。また、「成田さん」として親しまれてきた真福



金が井

来月は、「上高倉町第2」さんをお願いします。



紹介者
金井町
白土 聖龍さん

ジオの世界へようこそ

御岩山と賀毘礼の峯

御岩神社（日立市）は、薩都の里人が祭る神であり、その鎮座するところが村里から遠く離れた賀毘礼の峯にあると、常陸国風土記には記されています。

賀毘礼の峯は、里野宮の薩都神社の山宮であるといわれるなど、古代から信仰の対象になってきたようです。賀毘礼の近くには小川があり、薩都の河と名付けられ、現在の里川とされています。

この峯の所在地については、高鈴山、神峰



御岩山の三本杉



御岩神社拝殿

山、御岩山の諸説ありますが、賀毘礼が岩山であることなどから御岩山であろうとされて

ジオパークの魅力などを
ジオネット常陸太田会員
が紹介
VOL.12



↑ジオネット常陸太田の情報はこちらへ

います。檜や杉の林に囲まれた御岩神社の境内には、多くの見どころがあり、その中には町屋石で造られた石仏等が多数あります。

このような常陸太田とかかわりの深い御岩山は、強力なパワースポットとしてインターネット



石仏

ト上でも紹介されるなど、話題も豊富です。自然や生物、私たちの住む環境などを、ジオの世界から見直してみましよう。そして、自分だけのパワースポットを探してみませんか。

ジオネット常陸太田の吉村です。郷土常陸太田のジオの世界に触れてみませんか。



岡文化課（☎72-3201）／
（一社）市観光物産協会（☎72-8194）

旬彩レシピ 23

常陸太田の「旬」を感じるレシピを紹介！



材料

ふきのとう・4～5個 みりん・・・小さじ1
味噌・・・大さじ1 酒・・・小さじ1
砂糖・・・大さじ1 だし・・・小さじ1



今月は ふきのとう味噌

春の訪れを告げるふきのとう。さつとゆであげ細かく刻み、味噌で合わせるとご飯との相性が抜群な一品

レシピ

- ①ふきのとうをよく洗って、外側の皮をむく。黒い部分があったら取る。*中身まで黒い場合は使わない。
- ②沸騰したお湯でさつと湯どおしする。
- ③火からおろし、10分程度水に浸して灰汁抜きする。
- ④水気をしぼり、細かく刻む。
- ⑤すり鉢に入れてすり、ねっとりしたら味噌、砂糖、みりん、酒、だしを加え入れ、さらにする。
- ⑥容器に移し入れ、冷蔵庫で保存する。保管期間は10日間程度。



今月号で旬彩レシピは最終回。レシピを紹介してくれた里美地区のお母さんたちと元地域おこし協力隊の長島由佳さん（右端）



里美地区 なる
水府地区 林友深
金砂郷地区 渡部智穂

金砂郷

【アーティスト・イン・図工の時間
常陸太田特別支援学校】

『なりきり仮面！～身近な大人に変身～』と題して、お父さんやお母さん、先生など変身してみたい人を思い、制作したお面をかぶって、その人に変身するという授業を行いました。紙袋に、毛糸、布、折り紙、お菓子のパッケージなどを貼り付け、個性的なお面がたくさん誕生しました。子どもたちがニコニコ楽しんでるのが、印象的な授業となりました。



紙袋を使って制作



上手にできたかなあ？



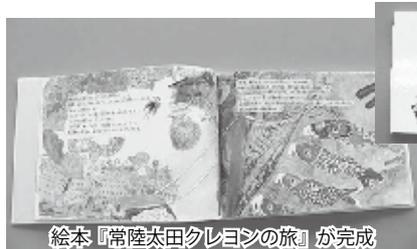
なりきり仮面で変身!!

水府

【『常陸太田クレヨンの旅』原画展を開催しました！
& 3月で退任します】

2月14日（日）～28日（日）に梅津会館（西二町）で『常陸太田クレヨンの旅』原画展を開催しました。絵本の原画展示や販売も行い、たくさんの方に来場いただき感謝しています。また、林は3月いっぱい退任します。いったん常陸太田を離れることとなりますが、再び皆さんにお会いできるように頑張ります！そしてその日を楽しみにしています！

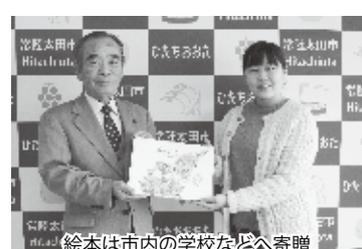
これまで私の活動に関わり見守ってくれた皆さん、本当にありがとうございました!!



絵本『常陸太田クレヨンの旅』が完成



梅津会館で原画展



絵本は市内の学校などに寄贈

里美

【第1回発酵食品フェスティバル開催！
& 民話マップ完成原画・講演会のお知らせ】

1月24日（日）、金砂笑楽校で「発酵食品フェスティバル」が開催されました。今回はポスター・チラシなどのデザインで参加させていただきました。たくさんの方に足を運んでいただき、大変盛り上がりました！4月10日（日）13時30分から図書館本館2階集会室で、私も作品に参加させていただいた「民話マップ完成原画展・講演会」が開催されます。金砂郷・水府・里美地区の原画の展示となります。詳しくは、市お知らせ版3月10日号をご覧ください。



発酵食品フェスティバル



民話マップ完成原画展の準備

壁画制作や再生商品開発、パッケージデザイン、イベントへの参加など、市内各地でさまざまな活動をしています。市民の皆さんと関わりながら、芸術に特化した楽しく深みのある活動をしていきたいと思っています。アーティストへのお問い合わせは、市少子化・人口減少対策課までお願いします。
tel 0294-72-3111 (内線 314・346) fax 0294-72-3002 ホームページ: hitachiota-air.com FB ページ: facebook.com/air.hitachiota



地域おこし協力隊がゆく

さとみのおくりものを作る



里美の杉で試作品を作りました。
イスや本棚、机にもなるすぐれもの！

植える、育てる、切る、使うという森のサイクルを、森林用語では「回る」と言います。里美地区の資源を生かして「使う」というところに焦点を当てて生かしていく malsa (マルサ) プロジェクトを立ち上げました。

メンバーと話し合い、「回る里美の森」をぎゅっと縮めて malsa という名前にしました。残念ながら私は何か作る技術もないのですが、仲間と一緒に考えながら進めていきます。3月中旬からは5回かけてつくる「さとみのおくりものプロジェクト」もスタート。みんなでアイデアを形にしていく作業は、楽しいながらも細かい作業がたくさんあると実感しています。また、3月16日午後6時30分から、里美文化センターにおいて、私(田中)と常陸太田アーティスト・イン・レジデンスのなるさんと一緒に、活動報告会を行いますので、ぜひご参加ください。



田中あかね
(里美地区)

あれらこれらと



茅根町の鳥追い祭り

先月は茅根町の鳥追い祭りについて触れさせていただきましたが、準備も滞りなく、無事行事をすることができました。その時の写真⑤をご覧ください。この締めファイヤーによっていろいろな悪い物が焼き落とされた気がします。



竹村幸耶
(農業分野)



里山ホテルでの畑の開墾作業

年末からお世話になっている里山ホテルときわ路さんの畑の開墾ですが、着々と進んでいます。今までコンポストや燻炭^{くんたん}を作ってきましたが、ついにそれらを畑に混ぜ込みました。これでようやく作物を作るのに適した土になりました。油圧ショベルで深くまで掘り起こしたので、ふかふかの土ですよ。良い野菜ができそうです。

問 少子化・人口減少対策課 (内線 346)

地域おこし協力隊ホームページ hsk-i.com

地域おこし協力隊フェイスブック <https://www.facebook.com/hokoryokutai>

田舎暮らし WEB @茨城県常陸太田市ホームページ <http://www.hitachiota-no-kyoryokutai.com/>

地域おこし協力隊
の情報はこちら→



地域おこし協
力隊(農業分
野)の情報は
こちら→



朝イチnavi

常陸太田朝市で魅力ある商品を発信する出店者の方を紹介しています。

中利員薬草生産組合（中利員町）

薬草栽培で培った経験を生かして

朝市では、地元で採れた野菜をはじめ小麦粉やハトムギ、ピクルスや麴つけなどの加工品を販売しています。特におススメな商品は、ハトムギです。この、ハトムギの実からとった粉は、「ヨクイニン」と呼ばれる漢方薬でもあります。昔からいぼとりの薬とされてきましたが、それだけでなく、ニキビやアトピー、シミ、ソバカスなど、皮膚のトラブルを改善するさまざまな効果があるといわれています。人間にとって大事なものは健康です。これからは皆さんの体に良い物を提供していきたいと思えます。



★今月の一枚の写真★

今月の一枚の写真は、姉で朝市に遊びに来たあんにゅちゃん(左)とあんにゅちゃん(右)です。



地元産を使ったこだわりの逸品です。朝市へお越しください

今月の朝市は3月20日(日)午前8時から10時まで市役所駐車場で開催!

ひたちおおたの

made in
Hitachiota

逸品

市内には優れた農林水産物や加工品などが数多くあります。その中から市の特産品認証制度で認証された特産品を紹介していきます。

圏市特産品推進協議会事務局
(販売流通対策課 内線 663)

イチゴ（とちおとめ・ひたち姫・いばらキッス）

とちおとめ



糖度が高めでほどよい酸味。果汁が豊富で果実がしっかりしているのが特徴

ひたち姫



糖度が高く、酸味が少ない。とちおとめよりやわらかく、サクサクした食感が特徴

いばらキッス



糖度が高く、酸味とのバランスが良く食味が濃厚。適度な硬さを持ち、ジューシーな食感が特徴

価格：1パック（280g程度）
350円～630円（税込）

場所：研究会員ほ場

会員 萩谷いちご園 藤田町 928-1
檜山果樹園 幡町 1014
岩間貞夫 国安町 830

市認証品認証品の情報はこちらへ→



常陸太田地区イチゴ経営研究会は、平成22年に設立、市内の50aの畑に主に茨城のオリジナル品種「ひたち姫」・「いばらキッス」と「とちおとめ」の3種類を栽培しています。イチゴづくりに大切なのは、水・土・太陽です。常陸太田市は久慈川などの清流があり、水が豊富な地域です。また、ミネラルを多く含んだ良質な土壌がイチゴづくりに適した環境を作っています。また、山がつながる山間部なので、気候の変化もあって濃い甘みのあるイチゴを作ることができ、1月～5月まで楽しむことができます。現在、JA常陸直売所や市場出荷、会員の店先等で販売しています。旬な常陸太田のイチゴをぜひご賞味ください。



常陸太田の大地と太陽が育てた絶品のイチゴです

市特産品の通販サイト「逸品！ひたちおおた」がオープンしました

この度、常陸太田市の特産品を通信販売するWEBサイト「逸品！ひたちおおた」を開設しました。市の認証特産品を中心に、よりすぐりの商品が購入できますので、ぜひご利用ください。★逸品！ひたちおおた <http://store.shopping.yahoo.co.jp/ippin-hitachiota/>



↑逸品！ひたちおおたのサイトはこちら

地域の力応援します!

市民提案型まちづくり事業を募集!

「市民提案型まちづくり事業」とは自らの力で地域課題を解決し、地域に元気を生み出そうとする団体やグループ等を応援する事業です。

応募区分	はじめの一步事業	市民提案事業
交付対象者	構成員が5人以上で、その過半数が市内に在住、勤務もしくは在学している市民団体またはグループ等	
補助対象事業	市民と行政との連携による住み良い地域社会の実現のため、地域の活性化や課題解決を目的に、市民団体等が自ら企画し、主体的に取り組むまちづくり事業	
	これから活動を始めようとする市民団体等が、活動の継続を前提に計画する上記の補助対象事業	市民団体等が計画する上記の補助対象事業
募集数	3団体程度	11団体程度
補助金額	1団体につき上限10万円 ※助成は1回限りとし、次年度以降市民提案事業の申請可	1団体1事業につき上限30万円 ※年度中1回限りとし、同一事業を継続する場合は3年まで
事業実施期間	交付の日から平成29年3月31日まで	
申請期限	5月2日(月)	
申請等	募集要項を参照の上、市民協働推進課(市役所本庁2階)まで持参してください。 募集要項は、市民協働推進課、金砂郷・水府・里美各支所のほか、下記ホームページからダウンロードもできます。 【常陸太田市市民活動ネット】 http://www.city.hitachiota.ibaraki.jp/page/page001117.html ※QRコード→	
選考結果の通知	選考結果(交付・不交付)については、審査委員会の審査を経て6月上旬に文書で通知します。 ※通知時期は、応募状況等により前後する場合があります。	
その他	○事業は審査委員会で審査を行い、可否を決定します。 ○審査の結果や応募状況によっては、追加募集を行います。 ○書類の書き方や補助金制度に関する相談を受け付けていますので、詳しくはお問い合わせください。	



これまでの市民提案型まちづくり事業事例

平成28年度で9年目を迎える「市民提案型まちづくり事業」は、これまで延べ133団体・グループによるまちづくり事業を採択し、市民が自ら行う広範な地域活性化活動を支援しています。



常陸太田の黄門様検定会



豊後国二孝女物語継承



常陸太田青年会議所
久慈の杜 100km 徒歩の旅



折橋芸(能・農)部
体験学習「カブト虫の里」



河内の文化遺産を守る会
赤レンガと銀杏まつり



谷河原町会
谷河原花菖蒲園

子育て支援団体や若者グループ、地域資源活用団体、歴史・文化・スポーツ団体など、「これからまちづくり活動を始めようとしている団体」や「継続してまちづくり活動を行っている団体」の皆さんからのご提案をお待ちしています!!

☎市民協働推進課(内線217)

国民年金の学生納付特例制度について

国民年金課年金医療係（内線 118）

20歳になれば、どなたも国民年金に加入しなければなりません。保険料を未納のまま放置すると、老齢年金や、いざというときの障害年金・遺族年金を受け取れないなどの不利益が生じる場合がありますので、学生の方で、国民年金保険料の支払いが困難な場合には、学生納付特例制度の申請をしてください。

Q. 学生納付特例制度とは？

- A. 大学（大学院）、短大、高等学校、高等専門学校、専修学校等に在学する学生等で、前年の所得が118万円以下または失業等の理由がある方が、申請することにより、国民年金保険料の納付を先送り（猶予）できる制度です。
- 学生納付特例を受けた期間は、受給資格期間（年金を受けとるために必要な期間）に算入されず（年金額には算入されません）。
 - 申請時点の2年1カ月前の月分までさかのぼって申請できます。

Q. 学生納付特例制度を受けた場合、将来もらえる年金額はどのようになるの？

- A. 学生納付特例制度を受けた方は、保険料を全額納付したときに比べ、将来受ける年金額が少なくなります（2年間、学生納付特例制度の承認を受けた場合、将来受け取る年金が、年額で約4万円減額されます）。

Q. 手続き方法は？

- A. 市役所保険年金課年金医療係窓口、各支所地域振興課市民生活係窓口で申請してください。
- 持参するもの 年金手帳、印鑑（朱肉を使用するもの）、学生証（裏面に有効期限・学年・入学年月日の記載がある場合は裏面も含む）のコピーまたは在学期間が分かる在学証明書（原本）
 - *代理の方でも申請できます。

Q. 在学中は毎年申請が必要？

- A. 平成27年度以前に学生納付特例制度に該当し、かつ平成28年度も在学期間がある方については、日本年金機構から届く学生納付特例申請書（ハガキ）を返送していただければ、改めて役所の窓口で手続きをする必要はありません。ただし、学校や在学期間に変更があった方、大学院等に進学された方、申請書が届かなかった方については手続きが必要になりますので、詳しくはお問い合わせください。

Q. 追納制度とは？

- A. 学生納付特例制度を受けた期間の保険料については、10年以内（たとえば平成28年3月分の保険料は平成38年3月まで）であれば、後からその期間の保険料を納めること（追納）ができます。追納をすることで、将来、全額納付した場合と同じ年金額が受け取れます。追納をご希望の場合は、市役所の年金担当窓口にお申し出ください。
- *なお、3年度目以降の分を追納するときは、当時の保険料に加算額がつきます。

学生以外の方で、国民年金保険料の納付が困難な方につきましても、保険料免除制度・若年者納付猶予制度があります。詳しくはお問い合わせください。

年金に関するお問い合わせ先 水戸北年金事務所 国民年金課 029 - 231 - 2381

ラ ジオ体操で健康増進

谷河原町で体操教室

2月5日、谷河原町でラジオ体操教室が行われました。地区ごとに、3回に分けて行われたこの催しには61人が参加。日ごろの健康増進に役立ててもらうため、正しい動きと効果について説明を受け、実技を行うと少し汗ばむほどに。参加した皆さんは、「色々な筋肉を使っているのが実感できた」「数分間でも奥深いと思った」「また来たい」などと話していました。



スポーツ振興課ではラジオ体操普及のため各地で開催予定

伝 統文化を継承へ

世矢小で真弓駒作り



1月27日、世矢小5年生が、地元で伝わる「真弓駒作り」に挑戦しました。真弓駒は、源義家が奥州征伐の際、戦勝を祈願して真弓神社に神馬と弓を奉納したのが起源とされています。子どもたちは、世矢公民館や地元老人会の皆さんから教わりながら、真剣なまなざしで作っていました。



地元の皆さんと一緒に真弓駒を作った

子 育てトークカフェ

子育てトークカフェ

2月6日、総合福祉会館において子育てトークカフェが行われました。自己紹介やバスボム（入浴剤）作りで和やかな雰囲気になった後、子育ての悩みや市の子育て支援策などについて話し合い、情報共有や意見交換を行いました。



参加者の皆さんでバスボム作り

子育てについて意見交換

パ イクメンクッキング

イクメンクッキング

2月6日、総合福祉会館で男性の家事・育児への参加を促す料理教室「パパ&じいじのイクメン☆クッキング」が開催されました。父と子、祖父と孫など40人が参加し、鶏肉の照り焼きやコンソメスープ、ヨーグルトゼリーなどの料理に挑戦しました。参加者からは、「子どもと料理ができて、とても楽しかった」「また、機会があれば参加したい」などの感想がありました。



力を合わせ親子料理に挑戦

自 分らしい生き方を

在宅医療・介護のつどい

1月31日、パルティホールにおいて、在宅医療・介護連携推進協議会主催による在宅医療・介護のつどいが行われました。在宅医療・介護について、多くの方に理解を深めてもらうため、DVD上映やフリーアナウンサー生島ヒロシ氏の講演が行われました。



自身の介護経験を踏まえ講演する生島さん

年 に1度の汁物の祭典

汁ONEカップ2016

2月7日、JR常陸太田駅前広場で、冬の定番料理「汁物」の人気ナンバーワンを決める汁ONEカップ2016が開催されました。県内外から18店舗が出店。けんちん汁やかに鍋汁、ビーフシチュー等の温かい創作汁物料理のほか、物産品を販売するブースが勢ぞろい。お客さんは、絶品の味に舌鼓を打っていました。



会場は大勢の人でにぎわう



各店の汁物をチェック

親 西山冬まつり 子で楽しく学ぶ

2月11日、山吹運動公園で西山研修所主催による西山冬まつりが開催されました。各種飲食ブースをはじめ、昔の遊び体験やビンゴ大会など楽しい催しがたくさん。また、水戸ホーリーホックコーチの指導によるサッカー教室などが行われ、青空の下、子どもたちのたくさんの笑顔が見られました。



押し花でしおり作り体験

プロのコーチによるサッカー教室

い 大里町2・東染町で防災訓練 ざという時に備えて

2月13日、大里町2町会で防災訓練が行われました。

普段から防災防犯の意識を高め、万が一の災害発生時にでも、落ち着いて慌てず適切な対処ができるようにするため、地震や火災時の煙、消火訓練のほか災害時の炊飯方法について体験しました。



消火器訓練

また、2月14日には、東染町会において大地震を想定した防災訓練が行われました。子どもからお年寄りなど約120人が参加。ごみ袋を使った簡易雨具や新聞紙のスリッパなど、手軽な防災用具作りにも挑戦しました。



新聞紙でスリッパ作りに挑戦

中 第3回いばらきっ子郷土検定県大会 学生が郷土の難問に挑戦

2月13日、中学生が県の歴史や名産品、観光名所などにまつわる難問に挑戦する第3回いばらきっ子郷土検定県大会が県民文化センターで行われました。

県内44の市町村の代表45校が、8ブロックに分かれて競いました。当市からは、里美中2年生が出場し、郷土の難問クイズに挑みました。



健闘した里美中の皆さん

地 世矢地区・磯部町で交流 域とのふれあいを大切に

1月14日、世矢幼稚園で三世代交流が行われました。地域の皆さんと園児たちは餅つきやまゆ玉作りに挑戦。また、めんこやおはじきなどをして楽しいひと時を過ごしました。



まゆ玉うまく作れるかなあ？

2月14日、磯部町でふれあいの集いが行われました。地域の皆さんの輪を広げるため、餅つきや地元対抗のゲーム、峰山中の吹奏楽部の皆さんによる演奏などが行われ、幅広い年齢の方々が楽しむ集いとなりました。



まゆ玉と磯部町の子どもたち

峰山中吹奏楽部の演奏

市内の自然・史跡や特産品なども交えて見どころをお伝えしながら、地元の身近なウォーキングコースを紹介していきます。意外と知られていない名所や素晴らしい自然を巡りながら、皆さんも歩いてみませんか。



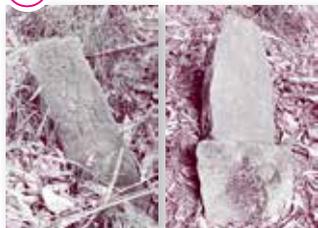
文化課エコミュージアム推進室 (☎72-3201)

大平町ハイキングコース

距離：約6.5km 所要時間：約2時間30分

大平町は、四方を森に囲まれ、のんびりとした雰囲気の特徴です。一方で国道 293 号や県道富岡玉造常陸太田線は交通量が多く、注意しながらスタートします。まずは大平の名前の由来になったともいわれる平らな台地上をめぐる。その後国道のバイパスから県道を東へ進み、柳沢地区へ向かいます。かつての村名が「大平柳沢」であったといわれるように、この地区には多くの方が住んでいたようで、今でも周辺の森の中にはたくさんの井戸が残っています。また大平町は水戸藩の時代にマツタケの産地として有名。落葉樹が多く、秋は国道沿い、県道沿いともに紅葉が見事。さらに冬は野鳥を見つけやすいので、取材時にもベニマシコやヤマガラなどに会えました。周囲の静けさの中、鳥のさえずりが良く聞こえ、心も癒される大平町です。

① 馬力神碑



国道 293 号から細い道に入る。坂道を上りながら右手のお墓の入口に明治期の馬力神碑(写真⑤)、その先の道端左側には大正時代のもの(写真⑥)がひっそりとたたずむ

④ 越後塚



佐竹氏の家臣小澤越後守の墓。一軍の将として武功を重ね、市内の小沢地区周辺を領地としていたという。関ヶ原合戦後は常陸にとどまり、柳沢地区に居を構えた。これは生前に建てた墓といわれ、寛永 17 (1640) 年の銘が残る

⑤ 石仏



神社鳥居手前の地蔵像。左は昭和 14 (1939) 年、右は文化 7 (1810) 年と刻まれている

⑥ 柳沢飯綱神社



柳沢地区で守る神社。創建等は未詳



② 石仏



右脇には明治期の馬力神碑がある

坂道の途中にある。左の子安観音像には天保と刻まれている。右が如意輪観音像。さらに

③ 鹿嶋神社



字富士山に鎮座。元禄年間に徳川光圀が大平村の鎮守として創建したと伝えられる。石段は途中休み場なしの 182 段

⑦ あんばさま



大平農村集落センター奥の斜面を上ると祠がある。子どもの流行病を治す神様と伝えられている

久米剣道スポーツ少年団



剣道をととして礼儀作法の大切さと忍耐強さを教えています。正しい基本稽古を繰り返し行うことにより、無駄のない美しい姿勢からの素早いしっかりとした打突を習得します。初心者の方でも丁寧に指導しますので、一緒に剣道しませんか？

Team Data

- ☆ 団員数 幼稚園児～小学生の男女 16 人
- ☆ 練習日時 金曜日 18:30～21:00
- ☆ 練習場所 久米小体育館
- ☆ 問い合わせ 代表 引田 勝美
事務局 堆 泉 ☎ 76-0525

山田スポーツ少年団



剣道をととして礼儀や忍耐力を学んでいきます。また、基本を重視した稽古や他の地域への遠征等の交流を行っています。初心者の方大歓迎ですので、剣道に興味ある方は、ぜひ体験ください。

Team Data

- ☆ 団員数 幼児・小学 1 年生～中学生 4 人
- ☆ 練習日時 ○土曜日 18:00～20:00
○日曜日 9:00～11:00
- ☆ 練習場所 水府海洋センター
- ☆ 問い合わせ 代表 平根 典明
☎ 85-0507

※随時団員を募集中です。まずは体験から！お気軽にお問い合わせください。

企業と学生の架け橋に

以前は、それぞれに食と農業のコンサルティング会社や不動産会社で仕事をしていましたが、地元県北地区を活性化したいと思い、県地域おこし協力隊に応募しました。私たちの仕事は、人口減少が著しい県北地域に若い学生を呼び込み、地元企業に若者の斬新なアイデアを取り入れ、企業の活性化を図る事業（アイデア提案型インターンシップ）を行っています。特色ある企業と一緒に就労体験をし、県内外の若者にアピールすることで、県内企業に関心を持ってもらい県北地域の企業と県内外の若者を結びつける役割をしています。現在、市内の企業（ホテル・食品・農業）でもこの事業を活用し、学生のアイデアを商品開発などに役立てている企業もあります。学生さんが実際に働くことで、時には壁にぶつかる時もありますが、自分たちがフォローし学生さんたちの未来の糧になればと考えています。これからの時代は、「企業も学生も試される時代」。私たちがその架け橋になればと考えています。これからも地域活性化のため頑張っていきたいと思ひます。



常陸太田で働く若者を応援!

グッジョブ!

vol.12



取材協力：県地域おこし協力隊（えぼつく）
（写真）會澤裕貴さん ☎ 若松佑樹さん ☎
所在地：山下町 4119（県常陸太田合同庁舎内）
県北振興課
☎ 商工振興・企業誘致課（内線 622）

今月は「金郷幼稚園・金砂郷保育園」
で〜す (^0^)/

きりん組 (年長さん)

ひなまつり

ぴかぴか^{びょうぶ}屏風にかわ
いく並んだおだいら
さまとおひなさま。
周りの飾りも千代紙
などで作ったよ。
4月から1年生。素
敵な思い出になった
ね。



おめでとう！ はじめての誕生日

元気に
すくすく

3月で1歳です！



ともしき
小川智悠くん
3月6日 (馬場町)



まゆ
井坂麻結ちゃん
3月9日 (馬場町)



しおん
長山心音くん
3月12日 (寿町)



りつき
島山律輝くん
3月17日 (幡町)



若松あかりちゃん
3月17日 (和田町)



かこ
永山佳子ちゃん
3月24日 (新地町)



ゆら
鈴木結蘭ちゃん
3月26日 (寿町)



あいと
大曽根愛悠くん
3月28日 (幡町)

お子さんの満1歳の記念に写真を
掲載してみませんか。

掲載希望の方は、下記の申込フ
ォームからお申し込みください。写真
を添えて、窓口または郵送でお申し
込みいただくことも可能です。

◇対象 市内に住所を有する平成27年
5月生まれのお子さん (5月号掲載分)

◇応募締切 4月11日(日)

◇必要事項 お子さんの氏名 (ふりが
な)・性別・生年月日・住所、応募者 (保
護者) の氏名・電話番号

◇申込フォーム 市ホームページの「暮らし」→「広報」→「はじめての誕生日申し込み」または携帯
電話などのバーコードリーダーで、右のQRコードを読み取ってお申し込みください。

◇その他 応募された写真は返却しませんのでご了承ください。

情報政策課広報広聴係 (〒313-8611 常陸太田市金井町 3690 / メールアドレス joh2@city.
hitachiota.lg.jp / 内線 303・304)



表紙に
よせて

市内のイチゴの評価は、生産者の皆さんの努力により、年々高くなっています。また、とちおとめやいばらキッス、
あきひめ
草姫など、いろいろな種類が栽培され、糖度、酸味、食感が異なるイチゴを食べ比べできるのも楽しみの一つです。

発行 常陸太田市 / 編集 情報政策課

〒313-8611 常陸太田市金井町 3690 ☎ 72-3111 (内線 303・304) Fax72-3002

* 広報ひたちおたは市のホームページでもご覧になれます URL <http://www.city.hitachiota.ibaraki.jp/>

市内のイチゴ
園の情報はこ
ちらへ→

