

広報

しるさと

1月号
平成23年
2011

No.72

鶏足山山頂

新年あけまして
おめでとうございます

(鶏足山から見る日の出)

Contents

新年のごあいさつ	2
茨城県議会議員一般選挙の結果	3
まちのわだい	4
お知らせ	6
あなたの声を町政に!	7
Dr. 健康コラム	10
はるその常北高校	11
文芸しるさと	12
桂図書館資料館&コミセンだより	13
1才になりました	14

新年あけましておめでとうございます



新年あけましておめでとうございます。皆様には平成23年の輝かしい新春をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。

昨年は、町長就任2年目にあたり「元氣な町づくり」をキーワードに各種行政施策の推進にあたってきたところであります。

町の活性化を促す道路整備については、国道123号バイパスや関連する主要地方道日立笠間線の整備をはじめ、町内幹線道路の整備促進により町の骨格づくりに努めてまいりました。また、雇用対策や税収アップなどを目的とした企業誘致については、エネルギー開発の象徴的な存在であるEV(電気自動車)を中心に地球環境に配慮した施設誘致を図るため、各般にわたる対応を進めてまいりました。

懸案の町内小学校の再編と常北中学校の建設につきましては、関係者の皆さん方のご尽力により進行中であり、児童・生徒にとってより良い教育環境の確保のために鋭意努力していく所存であります。

少子高齢化の波が日々押し寄せており、各家庭はもちろん、集落や地域においても後継者と言える若者が減少してきております。高齢者福祉の推進や働く場所の確保が急がれるところでありますが、本年度改正さ



城里町長
阿久津 藤男

れた過疎地域自立促進特別措置法に基づき、町として平成27年度までの6年間の整備計画を決定いたしましたので、関係機関や住民の方々のご知恵と協力を得ながら推進していきたくと考えております。

国内の経済情勢の先行きは依然として不確実な様相を呈しておりますが、昨年末の臨時国会において新たな経済刺激策の補正予算が決まりましたので、内容を精査したうえで、町の活性化のために最大限活用できればと考えているところであります。合併後6年が過ぎようとしておりますが、1日も早く城里町のカラーを出すことが緊急の課題であると考えており、町民の皆様のご協力を得ながら各種事業の適切な推進を図り、明るく元氣な城里町建設に邁進する覚悟でございます。

結びに、平成23年が町民の皆様と城里町にとって幸多い年でありますようご祈念申しあげ、年頭のごあいさつといたします。



城里町議会議長
小松崎 三夫

新年あけましておめでとうございます。平成23年の年頭にあたり、城里町議会を代表して謹んで新年のごあいさつを申し上げます。

昨年は、城里町議会議員一般選挙が行われ、町民の皆様のご付託を受けた16人の議員による、新しい議会がスタートいたしました。この間、町民の皆様方には、温かいご支援とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、今日の経済情勢は、一昨年来の世界的な景気後退にやや持ち直しの動きがあるものの、雇用環境については失業率が過去最高水準となるなど、一段と厳しい状況にあります。

さらに、少子高齢社会の到来、医療保険、年金の制度改革、地球温暖化など環境保全への対応や、著しい情報化の進展等により、地方行政を取り巻く環境は誠に厳しく、まさに行政の真価が問われている時といつても過言ではありません。

このような中、本町では「第1次城里町総合計画」に基づき、未来に向かい、着実に前進できるような積極的にまちづくりを進めておりますが、お年寄りにも若人にも十分魅力ある活力に溢れた地域社会を実現することが何よりも肝要であると考えております。

議会といたしましても、城里町が抱える課題の解決に向け、議員一人となり、どのようにすれば豊かで魅力ある「城里町」が創造できるか真摯に考え行動してまいる所存です。

今後、地方分権改革の進展に伴い、地方公共団体の自己決定と自己責任の範囲が拡大する中で、意思決定機関である地方議会が担う役割は一層重要となつてまいります。地方分権時代の議会のあり方として、議会の制度面における機能や活動を拡充強化し、地域の実情に応じた議会運営が十分発揮できるよう議会改革なども検討し、町民の皆様方のご期待に沿えるよう努力してまいります。

今後とも、町議会により一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。また、平成23年が皆様にとりまして幸せな年でありますようお祈り申し上げます。新年のごあいさつといたします。

茨城県議会議員一般選挙(水戸市選挙区)の結果 (12月12日執行)

12月12日に行われた茨城県議会議員一般選挙は町内13か所の投票所で投票が行われ、午後9時からコミュニティセンター城里研修室で即日開票されました。結果は次のとおりです。

候補者氏名		党派	城里町得票数	水戸市得票数	得票数合計
当選	加藤 明良	無所属	575票	15,890票	16,465票
当選	舘 静馬	自民党	899票	13,840票	14,739票
当選	高崎 進	公明党	1,291票	13,326票	14,617票
当選	川津 隆	自民党	1,276票	12,484票	13,760票
当選	大内久美子	共産党	378票	11,703票	12,081票
当選	佐藤 光雄	民主党	531票	10,492票	11,023票
当選	石川 多聞	自民党	4,614票	5,822票	10,436票
	木本信太郎	無所属	329票	9,240票	9,569票
	星野 幸子	民主党	530票	5,344票	5,874票
	西村 和修	無所属	35票	881票	916票
無効投票数			89票	911票	1,000票
投票総数			10,549票	99,936票	110,485票
有権者数			18,348人	215,469人	233,817人
投票率			57.49%	46.38%	47.25%

“ウグピー”「いばらきご当地キャラ啓発隊」として選挙啓発を行う



県選挙管理委員会が県内市町村のキャラクターを「いばらきご当地キャラ啓発隊隊員」として任命し、12月4日、イオンモール水戸内原で合同の選挙啓発キャンペーンを行いました。城里町からはうぐいすの里のキャラクター「ウグピー」が参加し、買い物客に投票を呼びかけました。また、ウグピーは10日にもエコス城里店で町選挙管理委員会、常北高校生らとともに選挙啓発キャンペーンを行い、投票を呼びかけました。

問合せ 選挙管理委員会(総務課内) ☎029-288-3111(内線222)

12/5 第6回城里町マラソン大会を開催

常北中学校・周辺道路

澄み渡る青空のもと、城里町マラソン大会が開催されました。大会には835名のランナーが参加し、3コース・17部門で健脚を競いました。各部門の上位入賞者は次のとおりです。(敬称略)



順位		第1位		第2位		第3位		
部門別	学年等	性別	氏名	学校名	氏名	学校名	氏名	学校名
小学1年 (1 km)	男子	氏名	河亦 亮	青山小	井出健太郎	北方小	富田 竜司	七会東小
		タイム	3分54秒	3分55秒	3分57秒			
	女子	氏名	佐久間 渚	小松小	浅野 夏希	石塚小	手澤 怜菜	古内小
		タイム	4分14秒	4分22秒	4分28秒			
	男子	氏名	廣木 駿佑	坏小	小室 大雅	小松小	島 大和	石塚小
		タイム	3分44秒	3分45秒	3分46秒			
女子	氏名	松岡寿々南	青山小	中島 実花	青山小	田畑 朱梨	石塚小	
	タイム	3分49秒	3分57秒	4分05秒				
小学3年 (2 km)	男子	氏名	正木 隼真	青山小	所 雄史	沢山小	岩船小	
	タイム	7分07秒	7分21秒	7分31秒				
	女子	氏名	會澤 侑莉	石塚小	飯村 歩未	石塚小	富森さやか	沢山小
小学4年 (2 km)	男子	氏名	鈴木 聡馬	坏小	小澤 豪希	古内小	榎山 雄斗	沢山小
	タイム	6分56秒	7分00秒	7分19秒				
	女子	氏名	沢木 麻海	沢山小	金 希美	岩船小	関 萌花	沢山小
タイム	7分02秒	7分25秒	7分34秒					

順位		第1位		第2位		第3位		
部門別	学年等	性別	氏名	学校名	氏名	学校名	氏名	学校名
小学5年 (2 km)	男子	氏名	岡崎 弾	石塚小	嶋根 寛大	石塚小	猿田 祥吾	石塚小
		タイム	6分58秒	7分04秒	7分04秒			
	女子	氏名	埜 有稀	石塚小	茂又希良梨	石塚小	赤堀 桃子	石塚小
		タイム	6分32秒	7分01秒	7分04秒			
小学6年 (2 km)	男子	氏名	青木 佑斗	沢山小	瀧 功聖	石塚小	稲川 丈紘	坏小
		タイム	6分16秒	6分31秒	6分35秒			
	女子	氏名	大津 七緒	青山小	石崎 媛香	沢山小	山崎 美空	小松小
		タイム	6分46秒	7分01秒	7分02秒			
中学生 (3 km)	男子	氏名	赤堀 壮	常北中	平塚 航	桂中	勝村 祐哉	常北中
		タイム	10分31秒	10分38秒	10分45秒			
	女子	氏名	卜部 優花	七会中	卜部 舞花	七会中	加藤木真悠	桂中
		タイム	11分24秒	11分26秒	11分33秒			
一般 (3 km)	男子	氏名	鷹崎 陽介	真岡市	手澤 康彦	城里町	高橋 直人	水戸市
		タイム	10分24秒	11分38秒	12分18秒			
	女子	氏名	野澤 晃子	真岡市	瀬谷由紀子	水戸市	大津 紗子	水戸市
		タイム	11分40秒	14分09秒	15分40秒			
壮年	氏名	大山 論	水戸市	武田 修一	城里町	後藤 武弘	那珂市	
	タイム	10分16秒	11分30秒	11分50秒				

12/11 ウィークエンドスクール星空観察会 ふれあいの里

ふれあいの里天文台で星空観察会が行われ、町内の小学生と保護者25人が参加しました。

若干雲がかかった空模様でしたが、望遠鏡からは木星の美しい縞模様を見ることができました。

また、講師の中川義通先生は、ビデオを使って「はやぶさ」がとらえた「小惑星イトカワ」の様子やはやぶさの軌跡について説明。参加者たちは熱心に聞き入っていました。



12/3 科学技術研究で小学生が大賞・奨励賞

県内の小中高生の科学技術に関する調査研究を表彰する「第13回げんでん科学技術振興事業」(げんでんふれあい茨城財団主催・茨城県教育委員会などが共催)の表彰式が行われ、町内の青山小学校が大賞を、古内小学校が奨励賞を受賞しました。

青山小学校は、6年生が「シロツメクサの地下茎による繁殖力の不思議にせまる」と題した研究を行い、地道な観察からデータを収集し、シロツメクサの生命力について調査しました。

また、古内小学校は、3・4・5年生が「古内地区に国蝶オオムラサキを一はばたけ！古内のオオムラサキ」という研究で、古内地区に生息する国蝶「オオムラサキ」を定点観察し、保護・繁殖活動を行いました。

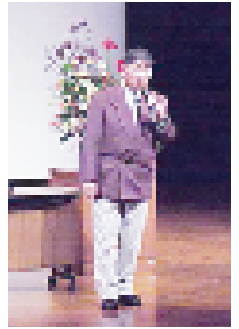
表彰式では大賞を受賞した青山小学校の児童が研究成果を発表しました。



11/28 どくまおし 毒蝮さんのトークに笑いの渦 コミュニティセンター城里

城里町生涯学習推進本部主催による生涯学習講演会が開催され約370人が来場しました。

講師は、タレントの毒蝮三太夫さん。 「マムシ流 元気で長生きするコツ・させるコツ」と題し講演しました。毒蝮さん独特のキレのある毒舌トークに、会場は笑いにあふれました。



11/30 環境美化活動で町内2団体が受賞

大好きいばらき県民会議主催の第38回花と緑の環境美化コンクール表彰式が茨城県市町村会館で行われました。

異常気象で夏場花壇の管理が難しいなか、見事な花を咲かせた各団体。今年には県内から940団体の申し込みがあり、町内の2団体が入賞しました。



【茨城県教育長賞】

地域の部 上坪フラーボランティアの会
学校の部 青山小学校

12/6 防犯灯が寄贈されました

「安全安心街づくり活動」の一環として、東京電力常陸大宮営業センターから防犯灯25基が寄贈されました。

寄贈された防犯灯は、地域の安全や防犯対策のために町内の各地に設置されます。



SPORTS

11/7 第5回城里杯少年野球大会秋季新人戦 常北運動広場ほか

近隣の少年野球スポーツ少年団32チームが参加し、第5回城里杯少年野球大会秋季新人戦が行われ、白熱した試合が展開されました。結果は次のとおりです。

優勝 勝田野球スポーツ少年団
準優勝 上中妻ニューフレンズ
第3位 オール東海ジュニア



11/7 水戸市常澄親善野球大会 水戸市常澄運動場 【参加チーム数/16チーム】



優勝した石塚ピックス

10/23~ 第10回水戸市近隣学童野球大会 水戸市民球場ほか 【参加チーム数/64チーム】



第3位の成績を収めた石塚ピックス

12/1 サンタさんからうれしいプレゼント 常北保健福祉センター

子育て支援ボランティア「城里町母子愛育会」が主催するクリスマス会に、3・4歳児の幼児とその親など95人が参加しました。

親子で協力し、小さなもみの木に色鮮やかな飾りをつけ、クリスマスツリーを完成させました。



みんなでエプロンを使った人形劇「エプロンシアター」を見たあと、なんとサンタさんが登場。サンタさんから



一人ひとりにプレゼントが手渡され、子どもたちは大喜びしていました。



11/5 町道岩下倉見線道路改良事業が完成 塩子地区

「町道岩下倉見線道路改良事業」が本年11月に全線完成しました。

町道岩下倉見線は過疎代行事業として平成5年度より県が整備を進めてきたもので、道路や橋梁が拡幅されました。塩子地内岩下地区から倉見地区への交通利便性が大きく向上し、安全に通行できるようになりました。(延長L=2,380m、幅員5.0m)



完成した新滝の沢橋

お知らせ

INFORMATION

城里町役場 (代表)

☎029-288-3111

水戸税務署から確定申告についてのお知らせ

平成22年分の所得税	確定申告の相談・申告書受付	2月16日(水)～3月15日(火) (還付申告の方は1月から提出できます)
平成22年分の贈与税	申告の相談・申告書受付	2月1日(火)～3月15日(火)
個人事業者の方の平成22年分 消費税及び地方消費税	申告と納税の締切	3月31日(木)まで

提出方法

○郵送/水戸税務署あて送付してください。

○申告会場での申告/

場 所 茨城県職業人材育成センター
(水戸市水府町864-4) ※右図参照

期 間 2月8日(火)から3月15日(火)の期間の平日、
2月20日(日)、2月27日(日)

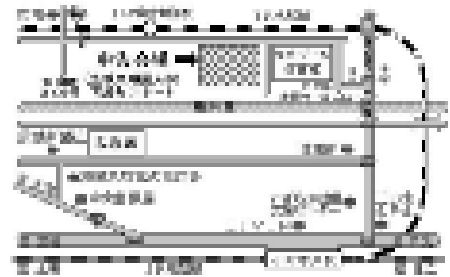
◎申告は自宅やオフィスからインターネットを利用して申告
できるe-Taxで! <http://www.e-tax.nta.go.jp>

e-Tax・作成コーナー ヘルプデスク電話番号 ☎0570-015901

◎申告書の作成は便利な国税庁ホームページで!

作成した申告書などはプリントアウトし、そのまま提出できます。 <http://www.nta.go.jp>

申告書提出先・問合せ 水戸税務署 (〒310-8666 水戸市北見町1-17) ☎029-231-4211



お知らせ

町民課・税務課から
土曜窓口休止のお知らせ

土曜日午前中(8時30分～正
午)の本庁窓口業務について、
左記の期日は電算システム点検
のため休止となります。
期 日 1月22日(土)

問合せ 町民課(内線112)
税務課(内線120)
☎029-288-3111

「献血」に協力をお願いします

期 日 1月26日(水)
場 所 常北保健福祉センター
時 間 午前9時30分～正午
午後1時15分～4時
種 類 全血献血(400ml 献
血、200ml 献血)

問合せ 健康福祉課
☎029-240-6550

講演

人権啓発講演会・家庭教育
学級を開催します

人権について考えてみません
か?ぜひお越しください。

日 時 1月22日(土)
午前10時から

広 告

場 所 コミュニティセンター城里
テ ー マ 人権をとおして、住み
よい地域社会をつくろう
講 師 横田 洋三氏(財団法人
人権教育啓発推進センター理
事長)
そ の 他 入場無料、申込不要



問合せ 健康福祉課
☎029-240-6550
教育委員会事務局
☎029-288-3135

あなたの声を町政に!

町では、より多くの町民の皆さんに町政に参加していただくため、封書による提案制度を設けています。

日常生活や地域での課題など、町政に関する自由なご意見・ご提案を町にお寄せください。

なお、いただいたご意見・ご提案につきましては、できる限り町政に反映させるとともに、個人情報をお返しを伏せたうえで、公表させていただくことがあります。

また、ご意見・ご提案の内容が町に関するものでない場合、相当の機関に回付させていただく場合があります。

- この封書は、平成23年3月31日まで有効です。
- 封書は切手を貼らずにポストに投函してください。
- 無記名のものにはお答えできませんので、必ず住所・氏名・電話番号を明記してください。

【問合せ】 総務課 秘書・広報広聴G (☎029 - 288 - 3111 内線211, 214)



きりとり線

のりしろ

姓名		住所	
職業	氏名	電話番号	年齢

のりしろ

きりとり線

のりしろ

「広報しろさと」「町公式ホームページ」に掲載する広告を募集しています！

- **広報しろさと**（発行部数 7,500部）
 - 規 格 半枠：縦45mm×横85mm
全枠：縦45mm×横173mm
 - 料 金 半枠10,000円 全枠20,000円（月額）
 - 募集枠数 半枠で4枠／月
- **町公式ホームページ**（アクセス数月平均13,000件）
 - 規 格 縦60ピクセル×横150ピクセル
容量：10KB以下
形式：GIFもしくはJPEG
 - 料 金 1枠15,000円（月額）
 - 募集枠数 8枠
 - 申込方法 指定の申込書に必要事項を記入し、原稿を添えてお申し込みください。
 - 申込締切 1月31日（月）

情報メール 一斉配信サービスについて

町では、希望者（登録が必要です）のパソコンや携帯電話に、町からの各情報をメールで配信する「情報メール一斉配信サービス」を行っています。

配信情報 ①不審者情報・教育委員会情報
②町からのお知らせ ③災害情報

登録方法 町ホームページから、登録画面を開き、パソコンや携帯電話のメールアドレスを登録してください。

【城里町HP】

<http://www.town.shirosato.lg.jp/>

【携帯の場合】

<http://www.town.shirosato.lg.jp/mobile.php>

携帯用QRコード



申込先・問合せ 総務課（〒311-4391 城里町大字石塚1428-25）☎029-288-3111（内線211）

きりとり線



料金受取人払郵便



差出有効期間
平成23年3月
31日まで

（切手をはらずに
お出しください）

3 1 0 8 7 9 0

城
里
町
長
行

（城里町総務課秘書・広報広聴G扱い）

東茨城郡城里町石塚一四二八―二五

〈受取人〉

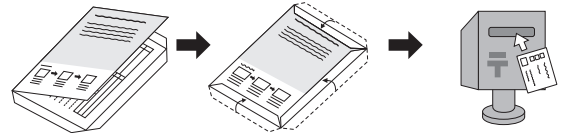
あなたの声を町政に！

- 町では、より多くの皆さんのご意見をお聞きして町政に反映させたいと考えています。あなたの城里町政へのご意見・ご提案をお寄せください。
- また、町ホームページ内でインターネットによる提案も受け付けていますので、ぜひご活用ください。

HP <http://www.town.shirosato.lg.jp/>
✉ soumu@town.shirosato.lg.jp



封筒の作り方



①切り取り線に沿って紙面から切り取り、この面が外側になるように中央を折りませ。

②あて先を下にして、のりしろを図のようにはり合わせます。

③切手をはらずそのまま近くのポストへ投かんしてください。

きりとり線

町・町教育委員会の嘱託職員、臨時職員を募集します

嘱託職員

職 種	勤務場所と人数	勤務時間等	賃金等	備 考
文書配達員 (A)	役場本庁舎 (3人)	月～金曜日 8:30～17:15	日額6,000円	文書・書類等の各戸配達業務
	※小型自動二輪以上の免許を有し、文書・書類など荷物を積んで運転できる方 ※城里町の地理に詳しい方			
社会教育指導員 (B)	常北公民館 (1人)	週3日以上	月額90,000円	公民館講座の計画作成 (パソコン入力等)
学校給食配膳員等 (B)	各小学校 (5人) 各中学校 (3人)	月～金曜日 学校勤務時間による	日額6,000円	給食配膳業務など

臨時職員

診療所歯科診療室 事務職員 (C)	沢山診療所歯科診療室 (1人) 七会診療所歯科診療室 (1人)	週5日 ※土曜勤務あり	時給750円	歯科診療室の窓口業務
学校給食センター 調理補助員 (B)	常北学校給食センター (2人) 桂学校給食センター (2人)	週5日程度	時給750円	学校給食調理業務
学校給食配膳 パート (B)	常北幼稚園 (2人) 石塚小学校 (3人) 常北・桂中学校 (2人)	1日3時間	時給700円	給食配膳業務 (石塚小、常北中、桂中はシフト制あり)
日直代行員 (B)	常北公民館 (2人) 桂公民館 (2人) コミュニティセンター城里 (2人)	月曜を除く毎日 17:15～22:15 (コミセンは 22:00まで)	時給700円	日直代行業務 (シフト制あり)
臨時清掃用務員 (B)	常北公民館 (1人)	週4日 1日4時間	時給750円	清掃業務 (屋外トイレほか)
公民館職員 (B)	桂公民館 (1人) 七会公民館 (1人)	週3日	時給750円	公民館業務 (維持管理及び清掃)
図書館職員 (B)	桂図書館 (2人)	土日祝日勤務 あり	時給750円	カウンター業務 (図書の貸出・返却等)

※勤務内容の詳細については、各勤務場所にお問い合わせください。

※障害者の雇用促進等に関する法律に基づき、身体障害者の雇用を促進するため、桂図書館の募集人数の2人のうち1人については、以下の要件をすべて満たす方を対象とします。

要 件 ① 身体障害者手帳の交付を受けており、その障害の程度が1級から6級までの方
② 自力で通勤できる方 ③ 職務の遂行にあたり介助者を必要としない方

受付期間 (A)(C) 1月17日(月)～28日(金)(土日を除く)午前8時30分～午後5時15分(当日消印有効)
(B) 1月11日(火)～21日(金)(土日を除く)午前8時30分～午後5時15分(当日消印有効)

雇用期間 平成23年4月1日～平成24年3月31日

応募資格 次の①～③の欠格事項に該当しない方、臨時職員については④にも該当しない方

- ① 成年被後見人または被保佐人
- ② 禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまでまたはその執行を受けることがなくなるまでの方
- ③ 日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成しまたはこれに加入した方
- ④ 臨時職員については、町の臨時職員に1年間採用されたのち退職後3か月を経過していない方(ただし、採用後連続して6か月経過していない方は応募できます)

申込方法 市販の履歴書に記入・写真貼付のうえ、それぞれの申込先に郵送または直接持参しお申し込みください。(申し込みされた方には後日試験日程をお知らせします)

※身体障害者手帳の交付を受けている方は、お申し込みの際に身体障害者手帳のコピーを添付してください。

選 考 口述試験により決定します。

申込先・問合せ (A) 総務課(〒311-4391 城里町石塚1428-25) ☎029-288-3111(内線213、215)
(B) 教育委員会事務局(〒311-4304 城里町下青山1-1) ☎029-288-7010
(C) 保険課(〒311-4391 城里町石塚1428-25) ☎029-288-3111(内線372)

あなたの血糖値は正常ですか？

●糖尿病は増えている

生活習慣病である糖尿病の患者数は増え続けています。平成19年国民健康・栄養調査(厚生労働省)によれば、糖尿病が強く疑われる人が約890万人、血糖値が高めで予備軍と考えられる人が約1,320万人、合わせると約2,210万人になると推定されました。平成11年の調査と比べると8年間で800万人増えていることとなります。

また、糖尿病が強く疑われる人のうち、「現在治療を受けている」と回答した人の割合は増加していますが、「ほとんど治療を受けたことがない」と回答した人は依然として4割にのぼることがわかりました。

ら進行しやすいことがわかってきており、「血糖値が高め」でありながら放置するのは危険です。

●**血糖高値の場合の管理方法**

内臓脂肪型の肥満に加え、脂質異常、血圧高め、血糖高めの人は、各異常値の程度が軽くても、重複した場合に心血管イベント発症、糖尿病発症の危険度が飛躍的に増大することから、メタボリック症候群の予防の重要性が示されました。「特定健康診査(メタボ健診)」では、「境界型(注1) 糖尿病予備軍の人も見落とさないように、保健指導や受診勧告を勧める基準値がこれまでの数値より少し厳しく設定されています。

日本糖尿病学会では、次のような管理指針を示しています。

「境界型」は経過観察、「糖尿病型」は病院を受診(注1)。

③ 100〜109 mg/dl、ヘモグロビンA1c 5.2〜5.4%は「正常高値」とし、他のリスクも考慮したうえで経過観察またはブドウ糖負荷試験を実施(将来糖尿病になるリスクがあるとの意義付け)。

初期であれば少しの努力で血糖値が下がるという報告もされており、血糖が高めといわれたら早めに再検査を受け、生活改善のための努力を始めることが大切です。

(注1) 血糖検査の基準。空腹時血糖値 126 mg/dl以上、随時血糖値 200 mg/dl以上、ブドウ糖負荷試験2時間値 200 mg/dl以上のどれかに該当すると「糖尿病型」。空腹時血糖値が 110 mg/dl未滿、かつブドウ糖負荷試験2時間値 140 mg/dl未滿の場合を「正常型」。それらの間の数値だと「境界型」と判定される。

(注2) 過去1、2か月の平均的な血糖を示すもの。本稿では日本糖尿病学会の表記(JDS値)で示した。

11/28 「家庭の日」図画・作文コンクール表彰式を開催
コミュニティセンター城里

青少年育成城里町民会議主催による平成22年度「家庭の日」図画・作文コンクール表彰式が開催されました。

「家庭の日」図画・作文コンクールは、青少年育成城里町民会議が、より良い家庭づくり、人間づくりを目指し、子どもの目から見た家庭生活を題材として実施しているものです。

今年は、6月から募集を行い、776点(図画の部・小学生579点、作文の部・中学生197点)の応募がありました。審査の結果、図画の部・作文の部でそれぞれ最優秀賞と優秀賞が選ばれ、式典では、受賞者に賞状と記念品が授与されました。受賞者は次の方々です。(敬称略)



最優秀賞

落合 登陽 (北方小1年)
石川 佳奈 (坏小2年)
千葉 瑠花 (石塚小3年)
檜山 雄斗 (沢山小4年)
添田 智美 (坏小5年)
大越 広夢 (坏小6年)

優秀賞

市毛 智己 (石塚小1年)
山形 光美 (坏小1年)
田谷 莉詩 (沢山小2年)
永山 祈 (青山小2年)
飯村 南那 (坏小3年)
三村 亮太郎 (岩船小3年)

市村 魁人 (青山小4年)
江幡 佳奈 (石塚小4年)
関 京香 (沢山小5年)
生畑 目真実 (小松小5年)
加藤 木伸 (岩船小6年)
引田 桃佳 (古内小6年)

最優秀賞

山形 歩美 (桂中1年)
山崎 称生 (桂中2年)
安嶋 宙史 (七会中3年)

優秀賞

入野 鮎葉 (常北中1年)
押野 香菜 (七会中1年)
岩下 拓磨 (七会中2年)

高岡 莉奈 (常北中2年)
鈴木 千絢 (常北中3年)
堀野 辺結衣 (桂中3年)

はるその★常北高校

スリランカ料理の調理実習

12月2日

3年生の選択授業「フードデザイン」で、スリランカ料理の調理実習を行いました。スリランカ出身のチャミラ・ジャイスーリアさんを講師にお招きし、チャミラさんが持参してくれた普段見慣れないたくさんのスパイスの説明を聞きながら、実際にスリランカの家料理を作りました。



当日のメニュー

スリランカ風混ぜご飯 数種類のスパイスとバターを入れてサフランライスを炊きました。細かく刻んだチキン、にんじん、たまねぎ、長ねぎ、キャベツを炒め、それとサフランライスを混ぜ、仕上げに卵を入れます。卵は溶かす、割って直接フライパンに入れるのがスリランカ風！

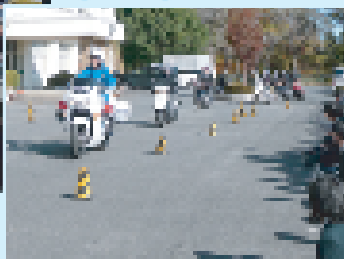
スリランカ風ポテトカレー ココナツミルクの中でじゃがいも、にんにく、たまねぎをコトコト煮る作り方にびっくり！スパイスの香り高くエスニックな雰囲気がいっぱいでしたが、あまり辛くなくマイルドな味でした。

どちらもとても美味しかったです！



バイク安全教室

11月19日



笠間警察署交通課と茨城県警交通機動隊の皆さんのご協力により、バイク安全教室を実施しました。今年度より全校生徒が対象となり、デモンストレーション走行を行いながら交通事故防止や交通マナー、安全な運転方法などについて学びました。

異文化体験講座

12月8日



茨城大学から韓国・ベトナム・中国出身の留学生を招き、異文化体験講座を行いました。3年生が4つの班に分かれ、それぞれの国の文化に直接触れることにより、視野を広げました。

部活動がんばってます！

11月13日 **囲碁部** 茨城県高等学校囲碁秋季大会個人Bリーグ優勝 舟橋 優希(1年 常北中出身)
11月14日 **ボクシング部** ボクシング茨城県選手権大会 ライト級優勝 菊池 章吾(2年 常北中出身)

問合せ 常北高校 (城里町春園1634) ☎029-288-2028 [HP] <http://www.johoku-h.ed.jp/>

今月の相談コーナー 1月

相談料は無料です。お気軽にご相談ください。

相談内容	日時	場所	内容等	相談員	問合せ
こころの相談会	25日(火) 13:30~16:30	常北保健福祉センター	内容/こころの病気に関すること、社会復帰を支援するサービス等について ※事前に電話で申し込み	精神保健福祉士、保健師	健康福祉課 ☎029-240-6550
消費生活相談	毎週水曜日 9:00~16:00	産業振興課	内容/悪質商法や多重債務などの消費者トラブル ※事前に電話で申し込み	消費生活相談員	産業振興課 ☎029-288-3111 (内線381)
	1月19日(水) 2月2日(水) 10:00~12:00	コミュニティセンター城里		弁護士	
教育相談	毎週月曜日 13:00~17:00	常北公民館	※電話(☎029-288-2409)、メール(✉soudan@town.shirosato.lg.jp)での相談も受け付けています	町の教育相談員	教育委員会事務局 ☎029-288-3135
心配ごと相談	12日(水) 26日(水) 10:00~12:00	コミュニティセンター城里	内容/家庭内の心配ごと、交通事故、結婚、離婚、遺産相続、土地問題など	町の相談員、弁護士	社会福祉協議会 ☎029-288-7013

文芸しるさと

短歌

「村木局長」本当が一番本当はどこまでゆくも本当だから
 裏山に雉子飛来して二三羽刈田の落穂啄ばみておりぬ
 「ただいまー」と女孫が玄閑あけてから家の時間が動き始める
 逝く晩夏の稲穂に揺るる田に在りて猛暑の果ての夕焼の朱
 群青に空澄み来れば紅葉の「山高地歩く会」思ひ出せり
 あかつきに庭の真如連開きゑて夫を呼びて漸し眺むる
 所 美恵子

俳句

小春晴日の当る木に鳥止まり
 冬紅葉雨あとの径明るかり
 立冬の夕陽余命を思ひけり
 わが叫び聞かぬふりして山眠る
 冬北斗陽明門の真上なり
 ストーブや朝の体操背伸びより
 那珂川の風容赦なく千葉叩く
 高橋 芦江
 仲田まぢる
 寺門 孝子
 今瀬多代美
 森 静江
 田所 厚子
 鯉瀬寿美恵

菊人形龍馬ことさら好男子
 沁みる所なくて流れて冬の雨
 おしくらまんじゅう校庭に巨き松
 くつきりと山眠るなり元氣なり
 柿割いて吊るしみちのく冬支度
 冬椿境内しんと一人なり
 町氏の造詣深し秋の展
 陽を返す銀のしずくの実南天
 千波湖の秋の賑わいカモメ鳥
 いそべきよ
 飯田 勇一
 竹内 幸子
 飯村 昭子
 一杉 常子
 瀬谷 博子
 岩下 金司
 田口 勝元
 東見登美子

川柳

我が終の地となる里よそばの花白々とゆれ秋日遍ねし
 戸を練れば思はず句い来木犀は猛暑日つづくも初秋なるや
 秋深く名残惜しみの落葉して一粒目立つ残る柿の実
 長き年飼いし老犬に孫や子が長生さしてと撫でて励ます
 冬季節寢床に入るネコちゃん
 年老いて野菜作りは子や孫に送ってうれししい楽しみがある
 風もなく大空青くすみわたり
 のどかな春がすぐそこにみゆ
 渡辺千紗子
 佐川 あや
 阿良山ウメノ
 富田 欽子
 岩下美智野
 鶴田 すが
 仲田 こう

枯す、き木枯吹いて右左
 熱気球犬は上見て散歩止め
 飲みすぎは一步違えば身の破滅
 窓ごしに湯けむり入る冬の宿
 縁側でチラシ相手の一人旅
 初日の出心跳ねててるウサギ年
 植木切りとげにきされて通院だ
 市川 義子
 青木新三郎
 富田 多蔵
 永井 英陽
 中島 芳春
 山本 隆莊
 飯村 孝一

樽大樹しぐれのごとく葉をふらす風も冷たく秋逝かんとす
 つまぎさてつんのめりかかりしわが不態月と庭石に見せてしまひぬ
 晩秋の風肌さむく感じつつ楓大樹の散りもみじ浴む
 トンネルを越れば視界広がりて「親知らず、子知らず」の海岸波にたゆとう
 晩秋の小春日和の海に浴ふ磯菊こごぞと花を保てり
 物忘れ日毎著くなりたるこの頃はテレビラジオが目と耳となり
 マラソンの列に頑張る孫見つけ声援送れば手を挙げ応う
 午後の陽に筑波の稜線かけり見ゆ柿の実熟れて秋深みゆく
 川上千代子
 島 愛子
 多田志保子
 坪井きよ子
 萩谷登喜子
 富田佐智子

新着図書から

▼一生懸命／木村由美子／中央公論新社▼オルゴール／朱川湊人／講談社▼手話居酒屋ふさお／吉岡富佐男／ワニブックス出版サービス▼雨罎の川／川上健一／集英社▼動物の赤ちゃん大図鑑／小宮輝之／日東書院本社▼水のまなざし／青柳いづみこ／文芸春秋▼やまわろ／釣子ふたみ／大日本図書

カレンダー 1・2月

日	月	火	水	木	金	土
						1/1
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	2/1	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					

火～金 10:00～18:00
土・日 10:00～17:00
■休館日
○おはなし会 11:00から

2月14日(月)～21日(月)は図書整理のため休館となります。図書資料を返却する場合は、図書館入口脇のブックポストをご利用ください。また、AV資料(ビデオ・DVD・CD)については、2月14日(月)～18日(金)

図書整理のため休館

幼い頃から柔道に打ち込んできた大学1年の晴希は、怪我をきっかけに柔道部を退部。同じころ柔道をやめた一馬はある理由から、大学チアリーディング界初の男子のみのチーム結成を決意する。笑って泣ける長編スポーツ小説。



朝井リョウ 集英社



チア男子!!



中山七里 宝島社



おやすみラフマニノフ

演奏会を控え、第一ヴァイオリンの首席奏者である音大生の晶は、オーケストラの仲間と練習に励んでいた。だが、完全密室で保管されていた時価2億円のチェロが盗まれてしまう。さらに不可解な事件が次々と起こり。

桂図書館・資料館 だより



☎029-289-4946

パソコン・携帯から蔵書検索・予約できます

PC <http://lib.town.shirosato.ibaraki.jp>

携帯 <http://mlib.town.shirosato.ibaraki.jp>

携帯用QRコード



の午前9時から午後4時30分まで入り口に特設のAV資料返却ボックスを設置しますのでご利用ください。
※AV資料は壊れやすいので、ブックポストには返却しないでください。



間口一就 世界文化社



缶つまデラックス

簡単だけど、粹でひと味違う! 「これが缶詰?」と驚く缶詰のおつまみ「缶つま」をご紹介します。魚缶、肉缶、野菜缶、フルーツ缶、変わり缶などを使った、お酒に合うつまみのレシピ集。

コミュニティセンター 城里だより



☎029-288-6100

コミセン図書室～新着図書案内～

一般書 通りゃんせ／宇江佐真理／角川書店
坂の下の湖／石田衣良／日本経済新聞出版社
児童書 母と子の読み聞かせ世界のお話120／内田伸子／ナツメ社
ホネホネ絵本／スティーブ・ジェンキンス／あすなる書房

図書室をご利用ください 〈初めて資料を借りるとき〉

図書室の資料を初めて借りるときには、利用登録をします。住所が確認できるもの(保険証や運転免許証など)をお持ちのうえ、カウンターにお申し出ください。

資料	貸出冊数	貸出期間
図書・紙芝居	10冊以内	15日以内
DVD	3点以内	15日以内

カレンダー 1・2月

日	月	火	水	木	金	土
						1/1
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	2/1	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					

開館時間 9:00～22:00

図書室 9:00～17:00

■休館日

1月7日生まれ

吉川 麻央ちゃん(下古内)
父・寿夫さん 母・ミルドレットさん



生まれてきてくれてありがとう♡元気に育ってね😊

1月5日生まれ

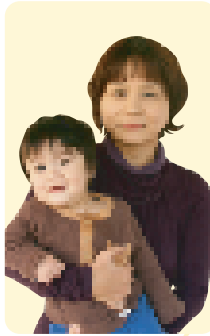
安藤 実穂子ちゃん(阿波山)
父・純一さん 母・優子さん



元気いっぱい実穂子です★城里町のみなさんよろしくお祈いします!

1月4日生まれ

島 大輔くん(石塚)
父・陽一さん 母・身和子さん



元気に優しく育ててください。いつも笑ってくださいありがとうございます。



＊ 公民館美術展 見物客で賑わう ＊

平成22年度公民館美術展が11月に各公民館で開催され、保育所(園)、幼稚園、小・中学校及び一般の方の作品、また公民館講座や文化協会各部の作品が展示されました。例年にも増して質の高い作品が揃い、訪れた方々を楽しませました。



▲七会公民館(6・7日)



▲桂公民館(13・14日)



▲常北公民館(20・21日)

1月12日生まれ

山崎 里紗ちゃん(石塚)
父・孝一さん 母・里枝さん



お兄ちゃんたちに負けないように元気いっぱい育ってね。

1月12日生まれ

大内 結代くん(上入野)
父・智弘さん 母・かすみさん



結代くんかわいい～♡最高～～♡♡♡

平成23年1月4日(火)から 役場の開庁時間に変更になります

役場本庁舎、桂支所、七会支所等の開庁時間が、平成23年1月4日から次のとおり変更になります。

変更前 午前8時30分～午後5時30分

変更後 午前8時30分～午後5時15分

※コミュニティセンター・城里・桂図書館郷土資料館・各公民館・診療所等の業務時間は変更ありません。

町の人口

12月1日現在

	人数	前月比
人口	21,727人	-27
男	10,643人	-13
女	11,084人	-14
世帯	7,422世帯	±0

今月の納税等

町県民税	(4期)
国民健康保険税	(8期)
後期高齢者医療保険料	(7期)
水道使用料	(1月分)
下水道使用料	(1月分)
農集排使用料	(1月分)
住宅使用料	(1月分)

納期限：1月31日

納税には、簡単で便利な口座振替をご利用ください

城里町役場

〒311-4391

編集・総務課

東茨城郡城里町石塚1428-25

1月4日発行

☎029-288-3111 FAX029-288-3113



ホームページで町の各種情報をご覧になれます。携帯用QRコード

PC <http://www.town.shirosato.lg.jp/>

携帯 <http://www.town.shirosato.lg.jp/mobile.php>

