

もりや

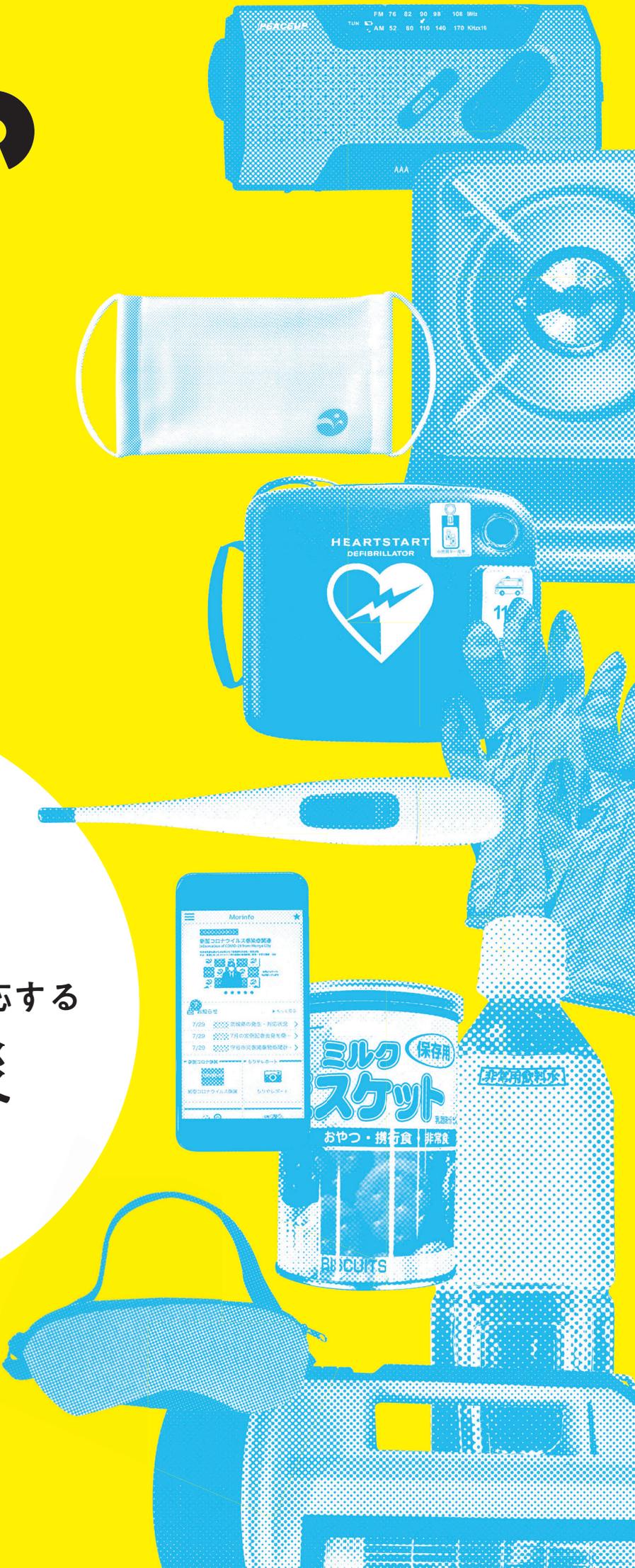
広報

8

2020 No.674

特集

新型コロナウイルスに対応する
新しい防災



避難のとき 携行品リスト

準備ができたなら☑しましょう！

- 携帯電話・充電器
- スプーン・箸
- 懐中電灯・ラジオ・予備電池
- 現金・貴重品(身分証明など)
- 洗面用具・タオル
- ウエットティッシュ
- 薬・お薬手帳
- 筆記用具
- 水・非常食(おやつなど)
- コンタクトレンズ(保存液)・眼鏡
- 使い捨てカイロ・瞬間冷却剤
- アイマスク・耳栓

高

優先度

低

さらに安心！ ちょい足し携行品

- 女性**
- 化粧品(普段使いのもの)
 - 生理用品(1周期分)
- 赤ちゃん**
- 紙おむつ(必要数)
 - おしりふき
 - 粉ミルクや離乳食
 - おもちゃ
- 高齢者**
- 大人用おむつ(必要数)
 - 入歯洗浄剤
 - 老眼鏡

新型コロナウイルス 感染症対策携行品

- マスク
- 消毒液
- 体温計
- ゴミ袋
- スリッパ



分散避難

必ず事前に「守谷市防災ハザードマップ」を確認してください

災害時、新型コロナウイルスの感染リスクを低減するため、さまざまな避難先に避難する**分散避難**をしてください。

	自分の家で避難する 在宅避難	親戚・知人の家に避難する 遠方避難	
	洪水時 浸水想定区域外 →自宅に避難 浸水想定区域内 →浸水深50cm未満なら 2階以上に避難 2階にも「携行品リスト」の品物を 準備しておくとう安心！		洪水時 浸水想定区域内 →浸水深50cm以上 自宅に 不安・危険を感じたら
	地震時 自宅に 不安・危険がない場合		地震時 自宅に 不安・危険を感じたら

	不安を感じたら迷わず 避難所避難	・検温してから避難所へ ・早めの避難を心掛けましょう ・「携行品リスト」の品物は忘れずに！
	洪水時 浸水想定区域内 →浸水深50cm以上	地震時 自宅に 不安・危険を感じたら

	やむをえない場合に 車両避難 浸水想定区域外へ	・エコノミークラス症候群*を予防しましょう ・市が発信する災害情報を取得しましょう (7ページ参照) *食事や水を十分に取らない状態で、車などの狭い 座席に長時間座って足を動かさないと、血行不良 などが起きること。
--	---------------------------------------	--

避難所が変わる

災害時でも新型コロナウイルスなどの感染拡大を防ぐ観点から、避難所の入口に受付を設け、検温や体調チェックシートの記入により、体調不良の方を振り分けます。避難所では、災害用テントや仕切りでスペースを確保しており、床面からの高さも確保できる段ボールベッドを利用することで感染を防ぎます。

災害用のテントを使用する場合は、テント同士の距離は1メートル、通路は2メートルの幅をとり、「密」にならないよう設置するため、避難所の収容人数はこれまでの半分程度となります。そのため、現在ハザードマップに記載している各避難所の割り当て地区は概ねの目安となり、開設した避難所の中で、空いている避難所に避難していただくこととなります。災害時には、市災害対策本部と各避難所の指示に従って行動してください。

▼問合先 市役所交通防災課 内線137、140



避難所に入る前に検温と体調チェック



7月15日、災害時に避難所となる小学校体育館で行った設営訓練。大人2人での利用を想定した災害用のテント(W205×D205×H170cm)。

新型コロナウイルスに対応する 特集 新しい 防災



自分に合った避難

7月に九州を中心に西日本で発生した豪雨災害など、近年、自然災害が全国各地で多発しています。昨年は、守谷市でも台風により避難所を開設。「自分たちは大丈夫」と、決して他人事とは言い切れない状況です。日頃から「もしも」に備えて避難方法、備蓄、災害時の情報収集について、改めて確認しておきましょう。

大きな災害が発生すれば、安全な場所への避難は当然必要になります。しかし、これまでのように避難所に多くの人が集まると、新型コロナウイルスの感染リスクが高まってしまいます。災害から感染症からも安全・安心に身を守るために、自分に合った避難方法を考えておきましょう。

基本は分散避難

新型コロナウイルスの感染リスクを減らすためには、避難所では



車イスでも入ることができる災害用テント

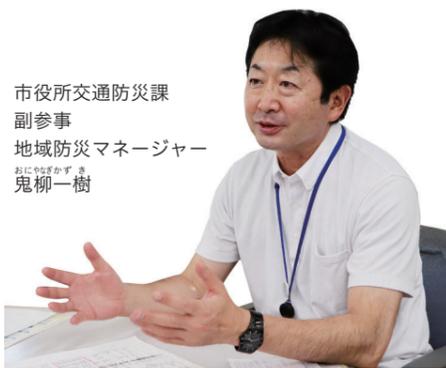


段ボールベッドとエアーマット

なく自宅で避難する「在宅避難」や、親戚・知人の元へ避難する「遠方避難」、そして「避難所避難」と、さまざまな避難先を想定し、分散避難するという考え方が大切です。安全な場所は、自宅の2階であったり、親戚宅であったりと、一人一人異なります。あらかじめ「守谷市防災ハザードマップ」を確認して自宅周辺のリスクを把握し、災害時に、自分がとるべき避難行動を確認しておきましょう。



在宅避難のために いつもの食で 災害に備える



市役所交通防災課
副参事
地域防災マネージャー
鬼柳一樹

市では新型コロナウイルスの感染リスクを可能な限り低減するため、分散避難を基本とした「在宅避難」と「遠方避難」を推奨しています。安全な地域にお住まいで、不安や危険がなく自宅で生活ができる方は、「在宅避難」を行うことができますが、「ここで一番心配になるのは、食料備蓄です。」「備蓄はどのくらい用意したらよいだろうか?」というご質問をよくお聞きします。人は、どんなときでもお腹が空くと不安になったり、イライラしがちで、食べることで力が湧き、ポジティブになります。それは災害時、さらにはつきりと表れます。流通が滞り、食料不足になることもあるかもしれません。家庭での備蓄量は最低3日分(可能な限り1週間分)をお勧めしています。水と食料はしっかり準備してください。

ローリングストック法



普段の買い物で少し多めに買って置き、使った分だけ買い足していくことで、常に定量の食料を無理なく備蓄しておく方法。

備蓄の食材選びのポイント

特別な物を用意するのではなく、家族や自分の好きな物、普段から食べ慣れた物を選ぶことが大切です。無理せず備蓄できるだけでなく、「いつもの味」が災害時のストレスを軽減してくれます。そして、普段食べているものを常に多めに備えておくことです。賞味期限が近づいたら食べて消費し、また買い足すことを、ローリングストック法といいます。私は、甘いお菓子などを備蓄に含めることもお勧めしています。「おいしい」と感じる心の栄養をとることが、安心と笑顔につながります。

在宅避難での調理

被災地への支援や物流の体制が整うまで、電気は7日、上下水道は30日、ガスは60日程使えないおそれもありますので、災害時も活躍する調理グッズがあると良いですね。カセットコンロ(電気、ガスが止まっても温かいものが食べられる)、鍋や深めのフライパン(一つで何役も)、ピーラーとキッチンバサミ(雑菌が付きやすいまな板は使わず調理)などがあるれば便利です。在宅避難のため、簡単なことから、少しずつ自分なりの準備を始めてみましょう。



ポリ袋de節水レシピ

ポリ袋de白米

〈材料〉1人分
・白米…100ml
・飲料水…110ml (米量の1割増し)

〈用意するもの〉

- ・カセットコンロ、鍋
- ・ポリ袋2枚 (専用のポリ袋も市販されているが、一般家庭で使用しているものでも炊飯可)
※対応温度-30℃~100℃
- ・加熱するための水(飲料水でなくても可)

〈作り方〉

- ① 2枚重ねたポリ袋に白米と飲料水を入れ、袋の空気を抜いて上の方をしっかりと結ぶ(米は洗わなくても1時間水に浸ければぬか臭くなる)。
- ② 鍋にお湯を沸騰させ、①を入れて一度沈んだ後、再び沸騰し浮き上がってきたらひっくり返して、弱火で25分間程度加熱する。この時米が浮き上がらないように落とし蓋をする。
- ③ 火を止め、ふたをして15分間蒸らして出来上がり。

ポリ袋de親子煮

〈材料〉1人分
・焼き鳥の缶詰…1缶
・卵…1個

〈用意するもの〉※白米と同じ

〈作り方〉

- ① 2枚重ねたポリ袋に卵を割り入れてほぐし、焼き鳥を入れて混ぜる。袋の空気を抜いて、上の方をしっかりと結ぶ。
- ② 鍋にお湯を沸騰させ、①を入れて10分程度加熱したら出来上がり。



あわせて 親子丼

◀出来上がった親子煮をご飯の上のせれば、親子丼としておいしく食べられます!



防災〇×クイズ

クイズに答えて防災の知識を高めよう!



もりやまもるくん

Q1 NTTの災害用伝言ダイヤルの番号は1771である

Q2 大人1人に必要な飲料水は1日3リットルである

Q3 公園で遊んでいると、雷が鳴り、大雨が降り出したので、大きな木の下で雨宿りをした

Q4 AEDとは、人工呼吸を行う機械である

Q5 「避難勧告」「避難指示(緊急)」「避難準備・高齢者等避難開始」のうち、最も危険が迫っているのは「避難勧告」である

Q6 豪雨のときは、すぐに避難所へ行けば安全である

Q7 ベットも一緒に避難所に入れることができる

Q8 「非常用持出し袋」は、急いで食料を入れるように台所に置いておく

Q9 守谷市の防災倉庫で備蓄しているライスクッキーは小麦アレルギーにも対応している

Q10 守谷市の指定避難所は、市内公立の保育園・小中学校をすべて指定している

正解が4問が満たなかった方も、この機会に防災について学んでみましょう!

- 全問正解 → 防災士レベル
- 7問以上正解 → 上級者レベル
- 4問以上正解 → 中級者レベル

答えはしるべのページ!



防災〇×クイズの答え

A1 ○

災害用伝言ダイヤルは、大規模な地震や風水害などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される音声の伝言板です。

A2 ○

大人1人に必要な飲料水は1日3リットルです。

A3 ×

雷は高い場所に落ちる可能性が高いので、木の下は危険です。建物内や車の中に避難しましょう。

A4 ×

AED(自動体外式除細動器)とは、心臓が心室細動を起こしたときに、電気ショックを与え、心拍を再開させるための機械です。医療関係者でなくても使用できます。

A5 ×

「避難準備・高齢者等避難開始」：避難に時間のかかる高齢の方や障がいのある方に避難開始を呼びかけます。「避難勧告」：住民に安全な場所への避難を促します。「避難指示」：さらに危険が迫っている場合の「命令」に当たり、最も危険が迫っている状況で出します。

A6 ×

※今後、「避難勧告」「避難指示」に一本化される予定です。必ずしも安全とはい切れませんが、新型コロナウイルス感染のリスクや、自宅から避難所までの経路に危険がある場合もあります。分散避難を基本に、災害時による行動を計画しておきましょう。

A7 ×

動物アレルギーの人が避難所にいる可能性もあるため、ベットは一緒に避難所へは入れません。専用の避難所を設けることを検討しています。

A8 ×

すぐに取り出せるように玄関、家の出入口に近い場所に置いておきましょう。また、車のトランクや外の物置などにも用意しておけば、自宅が被害を受けて取り出せない場合でも安心です。

A9 ○

ライスの名のとおり、米粉からできているため、小麦アレルギーの人も安心して食べることが出来ます。

A10 ×

指定避難所は、市内公立小中学校のほか、北園保育所、守谷高校、北守谷公民館、西板戸井田園都市センター、開智望中等教育学校の計18カ所があります。



情報収集の方法を知っておこう

災害情報はここから!

詳しい災害情報を知りたいとき

守谷市公式ホームページ



登録したアドレスにメールで情報配信

メールもりや



市が発信する災害関連情報をテレビ画面で確認

NHK データ放送

チャンネルをNHK総合テレビにし、リモコンのdボタンを押す



市から発信する災害関連情報をラジオで

IBS 茨城放送 (FM88.1MHz)



避難所の開設状況や市内の被害状況分布図など

守谷市公式アプリ Morinfo

スマートフォンやタブレットで事前にダウンロードしてお使いください。



Apple



Google

リアルタイムで速報をお届け

守谷市公式 SNS



Facebook (フェイスブック)



Twitter (ツイッター)

災害時には、#守谷市災害 をつけて情報提供します。

緊急速報を守谷市内の携帯電話へメールで一斉送信

エリアメール (緊急速報)

防災に関する緊急速報をスマートフォンで

Yahoo! 防災速報アプリ



西板戸井地区での防災訓練の様子。

私たち市民は、日常生活を送っているとき、大規模な災害が起きてしまったとき、つい消防や自衛隊が助けに来てくれると期待してしまいがちです。行政の対応には限界があります。被害を最小限に抑えるためにも、「自分たちの身は自分たちで守る」という考え方で、防災対策をしておくよう、私たちは各自治会・町内会に呼び掛けています。災害が発生してからまず1週間は、自分たちで生き抜くことができるよう、準備をしておかなければならないと思います。そのためにも、地域の絆が必要不可欠です。災害時、あらゆるライフラインが機能しなくなったり、同じ地域に住む人たちの友人ではなく、同じ地域に住む人たちの友が集まり、防災活動に取り組むために、「自主防災組織」があります。現在、守谷市には75の自主防災組織が結成されています。

「地域のつながりがみんなを守る」

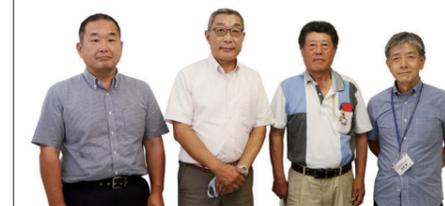
守谷の地域防災を考える会

また、自分が住んでいる地域の防災を考える数名のグループからでも防災活動を始めるので、ぜひ前向きに取り組んでみてください。既に自主防災組織がある地域の方も、効果的な訓練方法や他地区の事例紹介など、支援させていただきたいと思っておりますので、市役所交通防災課を通じてご相談ください。

守谷の地域防災を考える会

自治会長や自主防災組織の役員、防災に関して専門的な知識を持った市民などで構成されています。平成19年に結成。防災訓練への見学を受け入れたり、他自治会の訓練へのサポートのほか、毎年実施している防災講演会では、自治会長などを対象とした防災研修を実施(平成27年度からは市主催に変更し、支援する側に回っています)。

地元に着した災害対策を計画していきたく、もりや市民大学では、防災マップを作る講座なども企画・実行しました。(写真右から) 守谷の地域防災を考える会の高木さん、寺田さん、安藤さん、石澤さん



避難行動要支援者の支援体制推進にご協力ください



市では、高齢者や障がいのある方など、災害時の避難に支援が必要な方(避難行動要支援者)の名簿を作成しています。この名簿は、自治会・町内会や自主防災組織、民生委員児童委員、消防団などの地域の支援者に事前に提供しておき、いざというときに助け合える体制づくりに活かされます。

災害時の避難に不安のある方

平常時に市が地域の支援者に名簿を提供するには、本人の同意が必要です。対象となる方には、市から同意書などを送付しますので、同意のご協力をお願いします。また、避難行動要支援者以外の方でも自力での避難が困難な方は、申請書を提出することで登録できます。

▶避難行動要支援者の要件

- ①要介護3～5の方
- ②身体障害者手帳1級または2級の方
- ③療育手帳A(最重度)またはA(重度)の方
- ④精神障害者保健福祉手帳1級または2級の方
- ⑤要介護1または2の方で、認知症高齢者の日常生活自立度のランクがII～IVまたはMの方

▶申請・問合せ先 市役所社会福祉課 社会福祉G 内線162

自治会・町内会、自主防災組織の皆さんへ

市は、同意をいただいた避難行動要支援者が掲載された名簿を自治会・町内会、自主防災組織などへ提供しています。災害時に迅速な避難を行うには、地域の皆さんの助けが必要となりますので、地域における避難支援の体制構築にご協力をお願いします。

まずは、ご自宅の場所をご確認ください

守谷市防災ハザードマップ

川が氾濫した場合の浸水の深さ、避難場所などを掲載しています。災害発生時に皆さんが取るべき行動の確認や、事前の備えにご活用ください。

▶配布場所

市役所交通防災課窓口 ※2019年2月に各戸配布しています。市ホームページでも閲覧できます。

<https://www.city.moriya.ibaraki.jp/iza/bousai/bousaiguide/guide.html>

※国土交通省、地点別浸水シミュレーション検索システムも参照してみてください。





第18号「まちづくり協議会」通信

みずき野地区まちづくり協議会

商業施設跡地に **みずき野ひろば** がオープン！



市が所有しているみずき野地内商業施設跡地に、物販とカフェを併設した「みずき野ひろば」が7月18日にオープンしました。

地区の賑わい創出・買物支援事業として、みずき野地区まちづくり協議会の皆さんのほか、市の学生シェアハウス事業の学生とも協力しながら店舗内外の改修を進めてきました。

地域の集いのひろばになるようお願いを込めて、住民自らの手でつくりあげた「みずき野ひろば」に、ぜひ足を運んでみてください！

かつて、この場所にはスーパーがありました。住民の利用が少なくなり、撤退してしまいました。新たな店舗が入れば助かりますが、現実的には難しい。それならば、この場所を良い意味での「たまり場」にして、賑わいと活気を取り戻したいと思い、まちづくり協議会の事業として取り組むことになりました。

オープンカフェがあって、ついでにちょっとした物も買える、地域活動の拠点になればと思います。



みずき野地区まちづくり協議会
やましたかつひろ
山下勝博会長



大野地区まちづくり協議会



◀7月5日、大野地区まちづくり協議会は、通学路の危険箇所について、子ども会、学校と連携して確認と除草作業を実施しました。

北守谷地区まちづくり協議会



◀7月7日、北守谷地区まちづくり協議会は、通学路にはみ出ている街路樹の剪定作業を実施しました。

▶問合先 まちづくり協議会について 市役所市民協働推進課 内線131
 みずき野地内商業施設跡地について 市役所企画課 内線332、333



新しい生活様式 with
コロナ

いばらきアマビエちゃんについて、詳しくは茨城県のホームページをご覧ください。



公共料金を利用するときには「いばらきアマビエちゃん」に登録しよう！

図書館や公民館などの市内公共施設では、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、3密防止や、利用人数の制限などの対策を実施しています。また、感染者が発生した場合に、その感染者と接触した可能性がある人に対して注意喚起の連絡をする「いばらきアマビエちゃん」を導入しています。ご自身はもちろん、大切な人を守るため、ぜひご利用ください。



▲中央図書館入口に掲示されている「感染防止対策宣誓書」



▲このQRコードをスマートフォンなどで読み取る



▶問合先 県中小企業課 休業要請・協力金対策チーム ☎029-301-5472
※いばらきアマビエちゃんは、公共施設のみではなく、県内協力事業者に導入が進んでいます。店先に宣誓書が出ていたら、ぜひご利用ください。

守谷市災害対策協力会からご支援を頂きました

7月15日、新型コロナウイルスへの対策に役立ててほしいと、守谷市災害対策協力会から守谷市へ寄附金100万円を頂きました。頂いた寄附金は、守谷市新型コロナウイルス感染症緊急対策基金に積み立て、有効に活用していきます。

【守谷市災害対策協力会】

守谷市内の建築業者などが加入している団体で、7月15日現在で38社が加入しています。市は、市内で災害が発生した際の復旧活動に協力していただく旨の協定を、同会と締結しています。

▶問合先 市役所秘書課 内線321



守谷市と株式会社カスミとの包括連携協力に関する協定締結

7月15日、守谷市と株式会社カスミは、子育て支援、高齢者支援、障がい者支援、健康づくりの推進、生活困窮、保健福祉の推進や市民サービスの提供について、包括連携協定を締結しました。

今後、緊密な連携と協力により、それぞれが有する人的・物的資源を有効活用し、誰もが健康で幸せに暮らせる社会の実現を目指します。

▶問合先 市役所健幸長寿課 内線170

私立幼稚園・認定こども園 令和3年度入園願書受付

私立幼稚園・認定こども園の
公開保育と令和3年度入園願書
受付を行います。

▶入園願書配布期間 9月7日(月)～ ※入園案内・願書は有料

▶入園願書受付期間 10月1日(木)～

▶公開保育日 ※見学時間はすべて10:15～11:45

名称	日程	予約の必要	電話番号 (公開保育予約申込・問合先)
① 守谷ひかり幼稚園	9月18日(金)	無	☎48-0510
② 守谷ひばり幼稚園	9月8日(火)・17日(木)・23日(水)・25日(金)	有	☎48-4120
③ 守谷二三ヶ丘幼稚園	9月10日(木)・14日(月)	有	☎48-4191
④ みずき野幼稚園	9月7日(月)・10日(木)・15日(火)・18日(金)	有	☎48-6623
⑤ 守谷わかば幼稚園	9月11日(金)・16日(水)・18日(金)	有	☎48-3122
⑥ もりや幼保園	9月9日(水)・16日(水)	有	☎45-3915

- ・予約の必要な幼稚園は、8月24日(月)から受付開始です。
- ・⑤と⑥は認定こども園です。幼稚園枠のみ、園に申し込みができます。保育所枠の申し込みは、広報もりや9月10日号で改めてお知らせします。
- ・詳細は各園にお問い合わせください。

高齢者対象の歯科健康診査 無料



高齢者の口腔機能の低下や肺炎など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。
※対象となる方には案内や受診券を8月中旬に送付します(施設入所者などを除く)。

- ▶期間 9月1日(火)～12月31日(木) ※歯科医療機関の休診日は除く
- ▶対象 茨城県後期高齢者医療広域連合の被保険者で、次の年齢に該当する方
[満75歳] 昭和19年4月1日～昭和20年3月31日生まれの方
[満80歳] 昭和14年4月1日～昭和15年3月31日生まれの方
[満85歳] 昭和9年4月1日～昭和10年3月31日生まれの方
- ▶健診内容 問診、歯の状態、咬合状態、口腔衛生状態、口腔乾燥の状態、歯周組織・粘膜の状況、口腔機能評価、呼吸の異常、セルフケアの歯ブラシ指導など
- ▶受診方法 案内に同封の実施歯科医療機関一覧の中から希望する歯科医院に、「後期高齢者医療歯科健康診査事業」で健診を受診する旨を伝えて予約し、受診票を記入の上受診する。
- ▶持参品 被保険者証、受診券、受診票、健康手帳、歯ブラシ
- ▶問合先 茨城県後期高齢者医療広域連合 事業課 保健資格班 ☎029-309-1212

介護慰労金支給事業

▶申込・問合先 市役所健幸長寿課
長寿支援G 内線174

在宅の65歳以上の高齢者(昭和30年7月31日までに生まれた方)を介護している方に、介護慰労金を支給します。

- ▶対象 令和2年7月31日(基準日)現在で、次の要件全てに該当する方
 - ・令和元年8月1日～令和2年7月31日を通して、要介護4または5と認定された方を介護している
 - ・令和元年8月1日～令和2年7月31日を通して、介護保険サービス(年に1週間程度のショートステイの利用を除く)を受けなかった方を介護している
 - ・介護者および被介護者が市内に住所を有し、市町村民税非課税世帯である
- ▶支給金額 年額10万円
- ▶申込方法 9月2日(水)までに、窓口で申請書に必要事項を記入し申し込む

情報ひろば

公民館



■共通問合せ先

中央公民館 ☎48・6731

守谷おもちゃ病院

子どものおもちゃを修理します。

日時 9月2日(水)午前10時～正午

場所 中央公民館 ※事前または当日に直したいおもちゃを持参 **料金** 無料(購入部品は実費負担) **備考** 取り扱えないもの【一般家電・エアコン・ゲーム機器・パソコン関係・その他直接100V電源につながるもの】

筋トレ&ストレッチ

場所・日時・定員

中央公民館 8月31日(月)午前10時～10時30分、9月8日(火)午後1時～1時30分受付 先着14人

郷州公民館 9月4日(金)午前11時～11時15分受付 先着15人

北守谷公民館 8月20日(木)午後1時～1時30分受付、9月15日(火)午前10時～10時30分受付 先着15人

高野公民館 8月24日(月)午後1時～1時30分受付 先着15人

※各会場とも当日受付/定員になり次第開始(45分間)

料金 無料 **持物** 飲み物、タオル、ス

トレッチマット(ある方のみ) **服装** 運動のできる服装

募集



「うちエコ診断」参加家庭募集

家庭の省エネ対策の知識を持った「うちエコ診断士」が、家庭のエネルギー使用量などの情報を基に診断を行い、各家庭に合った省エネ対策を提案します。普段なんとなく使っている光熱費を見直してみませんか。

期間 12月上旬まで **定員** 先着100名 **世帯** **料金** 無料

問合せ先 クールアースいばらき うちエコ診断実施事務局(一社)茨城県環境管理協会 水戸市元吉田町1736-20 ☎029・248・7431



会計年度任用職員募集

税務課 一般事務補助

定員 1人 **給与** 時給990円(別途交通費支給) **期間** 10月1日(木)～令和3年3月31日(水) **日時** 月～金曜日

のうち4日 午前9時～午後4時(休憩1時間・祝日を除く) **内容** 償却資産事務補助、固定資産税課税台帳入力事務補助、相続人代表者指定事務補助、登記情報異動通知処理補助 **資格** パソコン操作(ワード・エクセル)、電話・接客対応可能な方

保険 雇用保険加入・社会保険なし **申込** 9月11日(金)までに守谷市会計年度任用職員申込書兼履歴書(窓口または市ホームページから取得)を郵送または窓口へ持参 **選考** 書類審査または面接により選考し、9月末までに結果を通知 **申問** 市役所税務課 資産税G 内線202

会計年度任用職員募集

学校教育課 学校用務員

定員 1人 **場所** 松ヶ丘小学校 **給与** 時給990円(賞与有・別途交通費支給) **期間** 9月1日(火)～令和3年3月31日(水) **日時** 月～金曜日 午前8時15分～午後4時(休憩45分・祝日・学校休業日を除く) **内容** 学校内の清掃、昼食準備、除草、学校行事の補助作業など **保険** 雇用保険・社会保険加入 **申込** 8月24日(月)までに守谷市会計年度任用職員申込書兼履歴書(窓口または市ホームページから取得)を郵送または窓口へ持参 **選考** 書類審査または面接により選考し、8月末までに選考結果を通知 **申問** 市役所学校教育課 教育総務G 内線284

自治総合センター コミュニティ助成事業 申請団体募集

宝くじの社会貢献広報事業として、自治総合センターが行っているコミュニティ助成事業について、令和3年度の申請団体を募集します。※申請すれば必ず助成されるものではありません。また、募集内容は変更になる場合があります。

対象 自治会・町内会、自主防災組織などのコミュニティ組織 **助成**(10万円単位) ①一般コミュニティ助成事業 100万円～250万円 ②コミュニティセンター助成事業 事業費の5分の3以内(上限額1500万円) ※市自治公民館建設補助との重複はできません ③地域防災組織育成助成事業 30万円～200万円 **定員** ①・②2団体、③1団体 **申込** 9月11日(金)までに問い合わせる **申問** ①～②市役所市民協働推進課 協働推進G 内線133 ③市役所交通防災課 交通・防災G 内線137



クーちゃん



イベント



野鳥観察会

日時 8月23日(日)午前9時～正午※小雨決行 **場所** 小さな鳥の資料館(本町4533-4) **内容** 野鳥の観察(カワセミなど)と説明、猛禽とのふれあい **講師** 池田昇氏(小さな鳥の資料館館長) **定員** 先着10人程度 **料金** 無料 **主催** 市観光協会、小さな鳥の資料館、守谷野鳥のみち自然園 **持物** 双眼鏡、運動靴など ※マスク着用 **申込** 8月17日(月)～21日(金)に電話で申し込む

申問 池田 ☎090・1465・8177 作部 屋 ☎090・8170・1898

市長杯争奪 市民ソフトボール大会 参加チーム募集

日時 9月27日(日)午前8時集合/午前8時30分試合開始※雨天の場合は10月11日(日) **場所** 大利根運動公園グラウンド **対象** 市内在住・在勤・在学の方で構成されたチームまたは市体育協会加盟のチーム **抽選** 9月27日(日)午前7時 ※チーム代表者2人は、大利根運動公園で開催する会場準備・抽選会に必ず出席してください。 **料金** 1チーム4千円(抽選会当日集金) **主催** 市教育委員会、市体育協会ソフトボール部 **申込** 9月4

日(金)までに電話、または窓口で申し込む

申問 市役所生涯学習課 スポーツ推進室 内線275

ペアレント・トレーニングってなあに？

楽しく子育てしたい…でも子どもが言うことをきかない、つい怒ってしまうなど、子どものさまざまな行動に困っている方、お悩みの方もいると思います。ペアレント・トレーニングとは、子どもの行動にどう対応すればよいかを大人が学ぶことにより、より良い関係づくりを目指すための手法です。関わり方のコツと一緒に学びませんか。

日時 9月11日(金)午前9時30分～11時30分 **対象** 3歳～就学前の子どもの保護者 **定員** 20人 ※超過の場合抽選 **講師** 藤井和子氏(まめの木クリニック・発達臨床研究所・ケースワーカー) **申込** 8月27日(休)までに電話、または窓口で申し込む ※託児なし。月齢に関わらず子ども同伴不可。

場所 申問 保健センター

☎48・6000



工事



交通規制など、ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

舗装修繕工事

名称 令和2年度舗装修繕第8号工事 **場所** 松前台地内 **工期** 11月30日(月)まで **時間** 午前9時～午後5時 **業者** 有限会社丸彰

問合 市役所建設課

道路建設G 内線255～257



その他

9月6日(日)は「環境美化の日」

地域の皆さんで、道路や公園などのごみ収集を行います。雨天の場合は原則中止(最終決定は各地区・町内会で判断)ですが、回収は行います。

※新型コロナウイルス感染症の状況に配慮した活動をお願いします。

収集 可燃・不燃ごみ、空き缶は指定ごみ袋に入れて収集

問合 市役所生活環境課

環境・廃棄物G 内線144

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

法務省と全国人権擁護委員連合会は、「いじめ」や児童虐待など子どもをめぐるさまざまな人権問題に積極的に取り組むため、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を実施します。悩みを持ったお子さんや保護者からの相談に応じます。秘密は厳守しますので、安心してご相談ください。

日時 8月28日(金)～9月3日(木)午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時)

☎0120・007・110 (全国共通フリーダイヤル)

※右記期間以外にも、平日午前8時30分～午後5時15分は相談可

備考 (実施機関)水戸地方法務局・茨城県人権擁護委員連合会 (相談員)法務局職員・人権擁護委員

健康いばらき21 元気アップ賞の候補者募集

日頃から健康づくりを実践している方々を表彰します。詳細は茨城県のホームページを確認し、ぜひ応募ください。

※「健康いばらき21元気アップ賞募集チラシ」および実施要領や提出調書の様式は、茨城県健康・地域ケア推進課ホームページから取得可

期限 9月14日(月)

提出 問合 保健センター

☎48・6000



今後、新型コロナウイルスの影響により、行事などが中止・延期となる場合もありますので、事前に開催の有無を各問合先にご確認ください。

9月1日(火)
申込開始

胃がん・大腸がん検診

予約専用電話(先着順) ☎45-6545

今年度の胃がん・大腸がん検診は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、実施方法を一部変更して行います。なお、感染の状況により、変更や中止になる場合があります。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため次のことにご協力ください

- 1 予約専用電話および電子申請のみの受付とし、窓口での受付は行いません。受付開始直後は電話がつながりにくいことがあります。
- 2 検診受付時間を30分ごとの予約制にして、人数を制限します。受診の際は、マスクの着用、手指の消毒、検温、健康チェックシートの提出などへのご協力をお願いします。発熱症状などがある場合は、受診できません。
- 3 糖尿病、高血圧など基礎疾患のある方、人工透析を受けている方などは、かかりつけ医と相談の上、受診をお願いします。

▶**対象** 守谷市に住民登録のある40歳以上の方
(年齢は令和3年3月31日現在)

〈次の方は対象外〉

- ・過去にバリウム検査で体調不良になった方
- ・胃腸疾患で治療中の方
- ・普段の生活で体位変換や自分の力で立つことが困難な方
- ・飲み込みが難しい(嚥下障がいのある)方
- ・妊娠中またはその可能性がある方
- ・今年度中に人間ドックなどで胃がん・大腸がん検診を受診済または受診予定の方

▶**内容** ・胃がん検診:バリウムによるX線検査
・大腸がん検診:便潜血検査
(申込後、保健センターから問診票・検体容器を郵送しますので、自宅で便を採り検診当日に提出してください)

今回の検診では、胃がん・大腸がん検診を、同時に受けられます(単独でも可)。

▶**料金(検診自己負担額)**

・胃がん検診1,130円 ・大腸がん検診410円
※75歳以上の方、生活保護受給者は無料

▶**検診当日の受付時間**

- ①7:00～7:30 ②7:30～8:00
- ③8:00～8:30 ④8:30～9:00
- ⑤9:00～9:30 ⑥9:30～10:00
- ⑦10:00～10:30

▶**申込期間** 9月1日(火)～10日(木)

▶**申込方法** 予約専用電話から申し込む ☎45-6545
※胃がん検診は先着順

大腸がん検診のみ
申し込みの方は、
電子申請も可能です。



▶**受付時間** 9:00～16:00

※土・日曜日を除く

▶**問合先** 保健センター ☎48-6000

令和2年度 胃がん・大腸がん検診日程

【保健センター】9月25日(金)、10月1日(木)～3日(土)・11日(日)～13日(火)・22日(木)～24日(土)

【郷州公民館】9月28日(月)～30日(水) 【北守谷公民館】10月5日(月)～7日(水) 【中央公民館】10月8日(木)・9日(金)

【文化会館】10月14日(水)～16日(金) 【市役所】10月17日(土)・18日(日) 【高野公民館】10月20日(火)・21日(水)

有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載していません)



ホオズキと風鈴に感じる夏

7月13日、いばらきの花振興協議会による「花育体験教室」が、高野小学校で行われました。講師を務めたのは、同協議会と花き生産者の鈴木陽大さん(三和園芸・古河市)。学校にはホオズキ50鉢、4年生の児童49人には風鈴が贈られました。講師の鈴木さんからは「ホオズキは種から育てるのではなく、根っこを使って増やす」など興味深い話があり、児童は真剣に話を聞いていました。贈られたホオズキは、観察記録をつけるなど、児童の学習にも活用されるそうです。ホオズキと風鈴を通じて植物や日本の伝統を学ぶ、素敵な授業になったようです。



◀左から2人目が鈴木さん

市役所がイメージ画でいっぱい!



開催中

守谷イメージ画ポスタージャック

子どもたちと一緒に制作した「守谷イメージ画」を、もっと多くの人に知っていただこうと、夏休み期間中、市役所庁舎がイメージ画一色に!

また、残念ながら短くなった夏休みを少しでも楽しんでもらおうと、中央図書館を訪れ、イメージ画クイズに回答した子どもたちに、イメージ画グッズをプレゼントします。

中央図書館内に掲示されたクイズポスターを見つけて、ぜひチャレンジしてみてください。

- ▶クイズ実施期間 8月21日(金)まで
- ▶プレゼント配布日時 期間中の平日、8:30 ~ 17:15
- ▶プレゼント配布場所 市役所 3階 秘書課
- ▶問合せ 市役所秘書課 シティプロモーション推進室 内線322

公民館自主事業
第1弾

館長と音楽の仲間たち

「コロナに負けるな」を合言葉に、さまざまなジャンルの音楽(ジャズ・R&B・カントリーロック・フォークソングなど)で皆さんを元気にします。館長の仲間たちが、リニューアルしたホールで元気に演奏するので聴きにきてください。第2弾以降も、さまざまな企画を考えていきます。

- ▶日時 9月13日(日) 12:45開場 13:00開演 ※時間内は出入り自由
- ▶会場 中央公民館 ホール
- ▶料金 無料 ※人数制限あり。必ずマスクを着用してください。
- ▶問合せ 中央公民館 ☎48-6731



※詳しくは、公民館ホームページやポスターでご確認ください。

有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載しておりません)

STOP! あおり運転!!

▶問合先
市役所交通防災課
交通・防災G 内線138

あおり運転に対する罰則の創設と行政処分の整備

あおり運転をした場合



1 妨害運転（交通の危険のおそれ）

他の車両などの通行を妨害する目的で、**一定の違反**（下図参照）行為であって、他の車両などに道路における交通の危険を生じさせるおそれのある方法による運転をした場合。

3年以下の懲役または50万円以下の罰金

違反点数25点

免許取り消し（欠格期間2年）^{※1}

※1 前歴や累積点数がある場合には最大5年。

あおり運転のせいで危険が生じた場合



2 妨害運転（著しい交通の危険）

①の行為により、高速自動車国道などにおいて他の自動車を停止させ、その他道路における著しい交通の危険を生じさせた場合。

5年以下の懲役または100万円以下の罰金

違反点数35点

免許取り消し（欠格期間3年）^{※2}

※2 前歴や累積点数がある場合には最大10年。

一定の違反 妨害（あおり）運転の対象となる10種類の違反



あおり運転を受けたときには、車外に出ることなく110番を！

有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載していません)



図書館へ行こう

スマートフォン、
携帯電話から
蔵書検索ができます



スマートフォン



携帯電話

● 問合せ先 守谷中央図書館 ☎ 45-1000 FAX 45-7500
① <https://www.city.moriya.ibaraki.jp/tanoshimu/library/>



休館日

中央図書館 9月7日①
各公民館図書室 9月7日①・9日②

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用できるサービスを一部制限している場合があります。

中央図書館のシステムをリニューアルしました



1 パスワードがWEBから登録できるようになりました

- ・今まで初期パスワードは窓口での交付でしたが、来館しなくてもインターネット上の図書館蔵書検索ページ(WEB-OPAC)の利用照会からパスワードを登録できるようになりました。
 - ・パスワード登録に年齢制限がなくなりました。図書館の利用カードをお持ちの方であれば、どなたでもパスワードを登録することができます。パスワードは、自分で責任をもって管理してください。小学生以下については保護者の責任において安全かつ適正に管理をお願いします。
- ※スマートフォン以外の携帯電話ではご利用できません。

2 電子図書館の利用が便利になりました

- WEB-OPACで電子図書館の本も検索できるようになりました。
 - 電子図書館のID＝図書館利用カードの番号
 - 電子図書館のパスワード＝館内の検索機やWEB-OPACで使うパスワード
- ※現在の「Mry」で始まるIDとパスワードは、2021年3月31日①をもって利用できなくなりますのでご了承ください。

3 My本棚 新機能

「My本棚」は、お気に入りの本や読み終わった本、これから読みたい本を、インターネット上のWEB-OPACに「本棚」を作って記録することができる機能です。さらに、規約に同意すると、借りた本を自動的に「本棚」に記録できるようになります。 ※事前にパスワード登録が必要です。

4 読書マラソン 新機能

1カ月間や1年間などの期間で読書目標の冊数を設定し、目標に対する現在の貸出数をWEB-OPACで確認することができる機能です。借りた本は自動的に読書マラソンの冊数に加算されていきます。過去の貸出数の推移をグラフで見られるなど、自分の読書量を改めて確認できます。

※事前にパスワード登録が必要です。

有料広告スペース
(WEB版では広告を掲載していません)

2020年
9月

子育てカレンダー

施設開放時間・イベントのお知らせ

※新型コロナウイルス対策のため、予約制および人数制限を実施しています。また、予定は変更になる場合があります。ご利用前に、ホームページまたは電話で各施設の情報を確認してください。



記号の見方

- 🏠……変更時間(通常開放時間と異なる場合)
- ★……要予約(予約方法などは、各施設にお問い合わせください)

※カレンダーの空欄も通常開放を行っています。

対象年齢

- 0……0歳児
- 1……1歳児
- 2……2歳児
- 3……3歳児
- 4……4歳児
- ▲……対象年齢以上

通常開放時間 ※時間が変更となる場合のみカレンダーに記載

夢っ子ひろば(地域子育て支援センター) ☎45-2462(12:00~13:00休館)

- ・のぎさき 9:30~15:30(園庭は16:00まで)
- ・ほくえん 9:30~15:00
- ・おおがしわ(大柏生活改善センター) 10:00~15:00
- ・守中(守谷中学校)、出前広場北守谷(北守谷公民館) 10:00~14:00
- ・出前広場保健センター 10:00~12:00
- ・出前広場おひさまパーク 10:00~11:30

ねっこ守谷(まつやま保育園)

- ☎45-8828 <本町> 園庭のみ開放 9:00~13:00、15:00~16:00
- ☎45-5433 <百合ヶ丘> 9:00~13:00

ミ・ナーデ ☎21-1224 10:00~19:30

キ・ターレ ☎45-2278 10:00~17:00

エ・ガーオ ☎21-4545 10:00~18:00(予約は17:00まで)

日	夢っ子ひろば(守谷市地域子育て支援センター)			ねっこ守谷	ミ・ナーデ ※当面完全予約制	キ・ターレ ※当面完全予約制	エ・ガーオ ※当面完全予約制	
	のぎさき	ほくえん	その他					
1 火			守中	★[百]レスト・らん 11:30~13:00	★0らっこ 10:15~/11:15~			
2 水		★びよびよほくえん 9:30~15:30	おおがしわ 出前パーク(栄町公園)	★[本]レスト・らん 11:30~13:00	休館日			
3 木		★びよびよほくえん 9:30~15:30	守中	★[本]レスト・らん 11:30~13:00	わくわく 10:00~12:00			
4 金		★0歳のひろば 9:30~12:00 0歳のひろば 13:00~15:00	出前パーク(けやき台公園)	★[百]・[本]レスト・らん 11:30~13:00	★子育て相談室 10:00~12:00			
5 土	休館日							
6 日	休館日							レクタイム 15:00~16:00
7 月	★子育て相談 13:30~		通常開放なし	★[本]レスト・らん 11:30~13:00		たのスポぎっず 15:00~15:30		
8 火	▲13:00~15:30 ★夢っ子リトミック 10:00~		出前パーク(立沢公園) 出前保健センター 守中	★[百]英語であそぼう [百]レスト・らん	★0いるか 10:30~	★キッズがーでん 11:00~11:45	★0いちごくらぶ (1日予約開始) 定員3組 10:30~11:00	
9 水		★びよびよほくえん 9:30~15:30	出前パーク(松ヶ丘公園) おおがしわ	★[本]レスト・らん 11:30~13:00		おもちゃ病院 10:00~11:30	★出張子育て相談室	
10 木	サークル予約開始日	★びよびよほくえん 9:30~15:30	守中	★[本]レスト・らん 11:30~13:00		おはなし会 10:30~11:00 ★0トットこ 11:00~11:45	★0いちごくらぶ (1日予約開始) 定員3組 10:30~11:00	
11 金	★0歳のひろば 9:30~12:00 ▲13:00~15:30		出前パーク(さくらの社公園)	★[百]レスト・らん 11:30~13:00	★子育て相談室 10:00~12:00	★0トットこ 11:00~11:45		
12 土	休館日							
13 日	休館日							チャレラン 15:30~16:00
14 月	▲13:00~15:30 ★子育て相談 13:30~		出前北守谷	★[百]ヨガ [百]レスト・らん		★ベビーマッサージ 11:00~11:45		
15 火	★01歳のひろば 9:30~12:00 ▲13:00~15:30 ★保健講座 11:00~	★01歳のひろば 9:30~12:00 ▲13:00~15:00	守中		★0▲プチクラ 15:45~			
16 水	★勇気づけお話し会 10:00~	★びよびよほくえん 9:30~15:30	出前パーク(土塔森林公園) おおがしわ			★0トットこ 11:00~11:45		
17 木		★びよびよほくえん 9:30~15:30	守中	★[本]レスト・らん 11:30~13:00		★0トットこ 11:00~11:45		
18 金		★0歳のひろば 9:30~12:00 0歳のひろば 13:00~15:00	出前パーク(乙子公園)	★[本]レスト・らん 11:30~13:00	★子育て相談室 10:00~12:00	★0▲トットこ 11:00~11:45	★0歯磨き講座(1日予約開始) 各回定員3組 10:20~/11:20~	
19 土	★赤ちゃんとの スキンシップ講座 10:30~11:30		休館日				エ・ガーオ5周年 ありがとうウィーク ~9月30日まで	
20 日	休館日							レクタイム 15:00~16:00
21 月	休館日(敬老の日)							たのスポぎっず 15:00~15:30
22 火	休館日(秋分の日)							★0くじら 10:30~11:30 リズムの時間 15:30~16:00
23 水		★びよびよほくえん 9:30~15:30	出前パーク(星の広場) ★おおがしわ ★太鼓組 11:30~	★[本]レスト・らん 11:30~13:00	★ママカフェ 10:30~11:30	★パースデー 11:00~11:45		
24 木		★びよびよほくえん 9:30~15:30	守中		わくわく 10:00~12:00	★0▲トットこレク 11:00~11:45		
25 金	★ようこそ夢っ子へ 10:00~11:00		出前パーク(板戸井公園)	★[百]レスト・らん 11:30~13:00	★子育て相談室 10:00~12:00	★母乳育児相談会 10:30~12:00		
26 土	★赤ちゃんとの スキンシップ講座 10:30~11:30		休館日			★パパと一緒に 11:00~11:45		
27 日	休館日							
28 月	★子育て相談 13:30~		通常開放なし	★[本]レスト・らん 11:30~13:00	★ドレミ 10:30~/11:15~	★リトミック 11:00~11:45 ワクワク工作 15:30~16:30		
29 火	★0▲2歳以上のひろば 9:30~12:00 ▲13:00~15:30	★ウェーブストレッチ 10:30~ ▲13:00~15:00	守中	★[百]レスト・らん 11:30~13:00				
30 水	▲9:30~12:00	★びよびよほくえん 9:30~15:30	出前パーク(栄町公園) ▲おおがしわ 10:00~12:00	★[本]レスト・らん 11:30~13:00				

ARCUS

Artist in Residence - IBARAKI

現在のアート・芸術文化を守谷から。

●問合先 アーカススタジオ (もりや学びの里内)
 日・月曜日休館 ☎46-2600 (10:00～18:00)
 ✉arcus@arcus-project.com
 ◎詳細な情報はアーカスプロジェクトで検索!



新たなアーカスへ向けて

皆さんこんにちは。新型コロナウイルスの影響が、社会生活のあらゆることに影を落としていますね。アーカスプロジェクトも、緊急事態宣言が発令されていた間は、リモートワークで今年度のプログラムを調整していました。並行して、今年度に招へいするアーティストの選考も行いました。今回は、その結果を報告します。

新型コロナウイルス感染症は全世界で流行しているため、国境を越えての移動を伴う

アーティスト・イン・レジデンス事業は、真つ先にその影響を受けます。しかしながら、私たちの心配をよそに、今年度も合計で500人を超える国内外のアーティストたちが応募がありました。困難な状況になればなるほど、創作の意欲は掻き立てられるのでしょうか。そうしたアーティストたちの姿に、私たちは大いに励まされました。

数々の応募書類を見ていくと、アーティストたちが取り組みたいテーマなどが分かってきます。例えば、霞ヶ浦の真珠の養殖から作品の構想を立ち上げる人がいたり、都市計画と郊外といった守谷市の地理を生かした計画を立てる人がいたり、さらには近代農業における品種改良に着目するアーティストも数人見受けられました。審査会では、外部の美術館から審査員を2人迎え、4時間にわたる白熱した議論が繰り広げられました。その結果、ラトビア国籍のアーティストやオランダに拠点をおいて活動している2人組のアーティストグループほか、日本からは6人組のアーティストグループが選出されました。次号では、3組のアーティストたちを詳しくご紹介します。

彼らの活動計画を改めて見ると、共通するテーマとして「移動」が挙げられます。まさに移動が制限されているときに、改めて地理的な境界を越えることに向き合うもので、いずれもこの時代を映し出す意義深いものになりそうです。

選ばれたアーティストたちはもうすぐもりや学びの里にやってきます、とお伝えしたいところなのですが、現在の刻々と変わる新型コロナウイルスの感染症の広がりを踏まえながら、最終的な計画を詰めているところです。私たちは、この時代ならではの新たなアーティスト・イン・レジデンスになるよう検討を重ねていますので、発表を楽しみに待っていてください。

(ディレクター 小澤慶介)



6月末の審査会の様子

守谷市・つくばみらい市合同

創業セミナー開催

現在独立を考えている方や、会社を設立したばかりで経営のことが良く分からない方、事業を引き継ぐ予定なので経営について学びたい方を対象に、さまざまな視点から経営の基本を学ぶセミナーを開催します。

なお、このセミナーの中で行われる特定創業支援事業対象講座を4回以上受講し、創業予定地の市から証明書の発行を受けた方が創業した場合、登録免許

税の軽減、融資時の特別利率の適用などを受けることができます。詳しくは、お問い合わせください。

▶参加費 無料 ▶定員 各回20人

▶申込・問合先 守谷市商工会 ☎48-0339
 担当:松田、飯泉、大久保

※全8回コース(1講座からの受講も可)

☆印:特定創業支援事業対象講座

	日程	時間	内容	会場
第1回	☆10月 3日(土)	10:00～17:00	創業の現状、経営理念	守谷市商工会 (守谷市本町19)
第2回	☆10月10日(土)		経営理念、経営戦略	
第3回	☆10月24日(土)		マーケティング戦略	
第4回	☆10月31日(土)		財務・税務・人材育成他	
第5回	11月14日(土)		IT・利活用、融資制度	つくばみらい市商工会 (つくばみらい市福田671-2)
第6回	☆11月21日(土)		事業計画作成①	
第7回	☆11月28日(土)		事業計画作成②	
第8回	12月 5日(土)		まとめ、座談会	

児童相談所全国共通
3桁ダイヤル

189

あなたの1本のお電話で救われる子どもがいます。
児童虐待かもと思ったらすぐにお電話ください。
 お住まいの地域の児童相談所につながります。

市民農園

高野瓜代農園

LIFE! vol.3

9月の苗植えは

タマネギ、ハウレンソウ、
ブロッコリー など



瓜代農園では、トマト、ナス、ピーマン、トウモロコシなど、さまざまな夏野菜が収穫時期を迎えました。野菜がどんどん成長し、食べきれないほどの量を収穫している方もいると思います。ずっと成長を見守ってきた野菜の収穫は、何物にも代えられない嬉しさがあり、野菜もいっそうおいしく感じられます。

さて、8月末から9月にかけて、そろそろ冬野菜の準備を始める方もいるのではないのでしょうか。野菜を植える2週間程度前には、畑に堆肥を入れて土を良くするため、逆算するとこれくらいの時期になります。今頃の時期は、タマネギ、ブロッコリー、ダイコン、ハウレンソウ、イチゴなどの苗植えの時期を迎えますので、この機会に市民農園を始めてみませんか？

▶申込・問合せ 市役所経済課 農業振興G
内線262、263



利用者
随時
募集中

守谷市民活動支援センター

市民活動 サロン

●問合せ

守谷市民活動支援センター

HP <http://www.moriya-cac.org/>

守谷市御所ヶ丘 5-25-1 (市民交流プラザ2F)

☎ 46-3370 ㊚ 46-3320 10:00 ~ 18:00 開館

休館日：月曜日、年末年始(左記以外の祝日は開館)



活動団体紹介

地域元気活動サポート隊 参加者募集中

「地域元気活動サポート隊」では、健康のためのセルフケア運動をお届けしています。しかし、新型コロナウイルスの影響で直接会うことが難しくなり、「かんたん体操」ができなくなってしまいました。そこで、オンラインでつながる「Zoom練習会+ちょっと体操の会」を始めています。おしゃべりだけの参加もOKです。私たちもまだまだ勉強中ですが、まずは一緒につながる練習をしませんか。オンラインでつながることは、感染予防対策だけでなく、普段なかなか外出できない方のための居場所づくりにもなります。今後は運動習慣づくりなども企画していく予定です。体操の他にも、イベントの企画やお手伝いなど幅広く活動しています。詳細は、ホームページをご確認ください。

▶ホームページ <http://chiikigenki-support.jimdofree.com>

▶主催 地域元気活動サポート隊



親子プログラミングScratch初級者講習会

ゲームで遊ぶことが大好きな子どもは、ゲームを創ることもきっと大好きに。ゲームへの熱意をプログラミングに向けてみませんか。ぜひ親子でご参加ください。

▶日時 8月23日・30日、9月20日・27日
(全て日曜日) 10:30 ~ 12:00
1回のみ参加可

▶会場 市民活動支援センター 会議室

▶定員 5組(小学2年生~中学3年生、小学生のみ保護者同伴)

▶申込期限 各回前日まで

▶参加費 無料

▶持ち物 ノート、鉛筆、パソコン(貸出可)

▶主催 守谷Scratch勉強会

※申込方法など詳しくはホームページ (<http://ameblo.jp/furuhoge/>) をご覧ください。



MORIYA 滞在記

ドイツの有名人生誕250周年クイズ

2020年には、ドイツの3人の歴史的人物が生誕250周年を迎え、ドイツの新聞の文芸欄に頻繁に取り上げられています。よく「詩人と思想家の国」と自称するドイツですが、実は学校を卒業した後は、詩や哲学に関わりがないドイツ人が多いです。しかし、周年記念イベントが開催されると、興味を持ち始める人が一気に増えます。

では、今から250年前の1770年生まれの3人は誰でしょうか？ 次のヒントを読んで、ぜひ当ててください。答えはページの下部にあります。

①シュトゥットガルト生まれのドイツ観念論の代表的な哲学者です。彼について調べてみたら、東京都知事の小池百合子氏がこの哲学者の概念である「アウフヘーベン（止揚）」という言葉を使ったので、このドイツ語の単語が日本で2017年の流行語候補になったことを初めて知り、びっくりしました。「拾い上げる」などという意味を持つ aufhebenはごく普通の動詞で、ドイツではそれを哲学概念として意識している人は日本より少ないかもしれません。

②詩人です。ゲーテやシラーといったドイツを代表する文豪たちと同じ時代を生きた人物ですが、特定の文学運動に分類できないほど独自のスタイルの作品を執筆しました。30代以降、統合失調症を患い、支援者のサポートを受けて人生の後半を大学町テュービンゲンにある塔の中で過ごし、やや謎めいた存在です。以前は病気を理由に後期の作品の価値を否定した批評家が多かったのですが、近年それは変わりつつあります。「アート」である詩を作成する権利は決して健常者だけにあるわけではありません。人間を「健常者」と「そうではない人」と区分すること自体に疑問を抱くことはありませんか？

③この人の生誕250周年は、日本でもかなり注目されているはずです！ ドイツのボンに生まれ、オーストリアの首都ウィーンで活躍したこの作曲家の数多くの名曲の中で、ある交響曲の第4楽章が圧倒的に有名です。それは、近年欧州評議会において「欧州の歌」としても使われています。日本での初演は、1918年第一次世界大戦中にドイツ兵捕虜オーケストラによる板東俘虜収容所（徳島県鳴門市）での演奏でしたので、同市内にあるドイツ館の敷地内に、この作曲家の銅像が建っています。

皆さん、いかがでしたか？ この3人の生誕250周年のおかげで、今年は私にとって新しい発見の多い年になっています。

国際交流員シュテファニーさんのイベント



ドイツ語上級者向けのディスカッション講座を開催します！

ニュースなどの記事をドイツ語で読んで、それについてディスカッションする講座です。自由な対話形式や、「賛成グループ」と「反対グループ」に分けて役割が決まった議論など、さまざまな形のディスカッションを一緒にやってみましょう。皆さんのご参加をお待ちしております。

- ▶日時 9月2日～10月28日(毎週水曜日)全9回
- ▶時間 10:15～11:45
- ▶会場 国際交流研修センター（ログハウス）大ホール
- ▶対象 市内在住または在勤の方
- ▶定員 10人 ※応募者多数の場合は、初めて受講する方を優先の上、抽選により受講者を決定します。
- ▶費用 無料
- ▶申込方法 8月25日(火)までに、窓口または電話で申し込む
- ▶申込・問合せ 市役所市民協働推進課 協働推進G 内線133

国際交流員を派遣します！

市では、地域の国際交流や異文化理解の活動のため、国際交流員を派遣して、ドイツ文化の紹介などの出前講座を行っています。皆さんも国際交流員のシュテファニーさんと一緒に活動してみませんか？



- ▶対象 市内の団体・企業または茨城県内の公的機関など(例:市民グループ、学校、福祉施設)
- ▶派遣料 無料
- ※申請手続きの詳細は市ホームページをご確認ください。

①ゲル (Georg Wilhelm Friedrich Hegel) 1770-1831
 ②ホルダーリン (Johann Christian Friedrich Hölderlin) 1770-1843
 ③ベートーヴェン (Ludwig van Beethoven) 1770-1827

梅原 MORIYA 滞在記
 国際交流員シュテファニーさんの

人口と世帯数

2020年7月25日現在

	前月比
世帯	28,433 戸 (+50戸)
人口	69,091 人 (+47人)
男	34,657 人 (+23人)
女	34,434 人 (+24人)
前年同月人口	68,059 人

休日・夜間緊急診療所

おとな

取手北相馬保健医療センター
医師会病院 (小児科除く)
☎0297-78-6111

こども

JAとりで総合医療センター
(小児科：日・水曜日除く)
☎0297-74-5551

総合守谷第一病院
(小児科：日・水曜日)
☎45-5111

※新型コロナウイルス感染症の影響で、変更が生じる場合があります。受診の前に必ず電話で確認してください。

守谷市公式サイト
(スマートフォン)



守谷市公式アプリ
((M)) もりんぷお
Morinfo



メールもりやに登録!

市の情報をメールで配信

<https://service.sugumail.com/mail-moriya/>

主な配信内容

- イベント情報
- 防犯・防災情報
- 火災発生情報
- 選挙情報



粗大ごみ収集日

申込日	収集日
8/17 ~ 8/21	9/7
9/7 ~ 9/11	9/21

☎0297-45-5339

〈携帯版〉
守谷クリーン
カレンダー



電話番号のお掛け間違いにご注意ください

※問合先のGはグループの略表記

知っておきたい

健幸知恵袋



「口」は健康の入り口

生活習慣などの変化により、食べ物をかむ回数が、昔に比べ激減しているといわれています。最近では、物をよくかめる人は、かめない人に比べ栄養を吸収しやすく、筋力が低下しにくいことが分かってきました。かむことは、全身の機能を活発にするために、とても大切な役割があります。

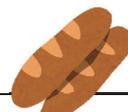
かむことの効果

- 虫歯や歯周病を予防する
よくかむと唾液の分泌が活発になり、唾液の「自浄作用」が働いて口の中が有害な細菌の温床となるのを防いでくれます。
- 胃腸の働きを助ける
よくかみ砕くことで唾液の「消化作用」が働き、胃腸の負担を和らげ消化を助けるので、栄養の吸収が良くなります。
- 脳の機能を高める
よくかむことにより、脳が刺激され血行が良くなるため、脳の機能が活発になり注意力や集中力、体のバランス能力が高く保たれる効果が期待されます。
- 肥満予防に役立つ
よくかんで食べると、満腹感が得られ食べ過ぎを防ぐので、肥満などの生活習慣病予防に役立ちます。

食事でかむ回数を増やせます!

かみごたえのある食品を毎日の食事に組み込むことで、かむ回数が増やせ、かむ力も鍛えられます。普段食べている食品のかむ回数を把握し、下記回数より5回多くかんでみてください。 ※一口量は個人差があるため何回かんでいるか、確認してみてください。

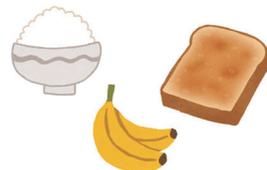
かむ回数が多い食品

	30 ~ 40回	41回~
米・麺・パン類	コーンフレーク (牛乳がけ) 36回 	フランスパン 51回 
肉類	焼肉 32回 ステーキ 31回 とんかつ 33回 から揚げ 34回	ビーフジャーキー 44回
魚介類	イカ(刺身) 30回 干物 31回 エビフライ 31回 タコ(刺身) 32回	煮干し 45回 するめ 67回 
豆・芋類	油揚げ 30回 厚揚げ 33回 干し芋 34回	
野菜・海藻	れんこん(煮) 30回 たけのこ(煮) 30回 白菜(浅漬) 31回 アスパラ(ゆで) 32回 ブロッコリー(ゆで) 34回 キャベツ(千切り) 36回 きんぴらごぼう 38回	おしゃぶり昆布 44回 

普段よく口にする食品

- ・白米 20回
- ・うどん 13回
- ・トースト 27回
- ・目玉焼き 17回
- ・焼き魚 14回
- ・バナナ 13回

出典：『歯科衛生士』2017年2月号
(クインテッセンス出版㈱)



毎日の食卓に、かむ回数が30回以上必要となる食品を、一品以上取り入れてみてください



▶問合先 市役所健幸長寿課 地域ケア推進G 内線175

MORIYA ONLINE

HALF MARATHON

2020 守谷オンラインハーフマラソン 2020

by TATTA

2020.10.17~10.30



▶ 問合せ 市役所生涯学習課 スポーツ推進室 ☎21-2686 (直通)

2021年2月に予定していた「第37回守谷ハーフマラソン」は、新型コロナウイルス感染防止などの安全面を最優先に考え、開催を中止することとしました。

しかしながら、「毎回参加してくれるランナーの皆さんに何かできないか?」、「3密を避けたマラソン大会はできないのか?」と検討し、代替案として、「守谷オンラインハーフマラソン2020 by TATTA」の開催することになりました! ぜひ参加して、スポーツの秋、マラソンの秋を楽しんでください!

- ▶ 開催期間 10月17日(出)~30日(金)
- ▶ 参加費 参加賞なし 600円(人数制限なし)
参加賞あり 1,200円(先着1000人)
- ▶ 参加資格 スマートフォンで指定アプリ(TATTA)をダウンロードできる方
(年齢制限なし)

申込期間 8月20日(木)~9月30日(水)



RUNET

- ▶ 申込方法 上記期間にパソコンまたは携帯電話から RUNNET (<http://runnet.jp/>) にアクセスし、大会エントリーページの指示に従って申し込む
※RUNNETでのエントリーは8月20日(木)からの開始となります。
窓口受付は行いません。

- ▶ 参加賞 オリジナル「多機能スポーツクロス」
※ネックウォーマーやマスクなどさまざまな使い方ができます。
- ▶ 参加特典 ①市民限定仮想ゴール&フォトブースを10月17日(出)・18日(日)のみ設置
②抽選で「守谷ハーフマラソン」の過去の大会の参加賞Tシャツが当たる
③完走者は「守谷ハーフマラソン」のコースを使用したフィニッシャーズムービーをダウンロードできる
④抽選で守谷を感じていただける特産品が当たる

- ▶ 大会要項設置場所 市役所生涯学習課、市内公民館(中央・郷州・高野・北守谷)、文化会館、保健センター

自分と戦う!!

21.0975km

オンラインマラソンとは?

指定スマホアプリを使用したGPS計測によるマラソン大会です。開催期間内にアプリを起動した状態で指定距離を走ると「完走」扱いになります。日本全国どこにいても参加できるWithコロナ時代に合わせたマラソン大会です!

