

<http://www.city.moriya.ibaraki.jp/>

CONTENTS

2 ミニドック健康診査受診者

- 3 第21回もりやアヤメ祭り開催!
- 4 情報ひろば
- 9 子育て支援情報
- 10 国民年金
- 11 3ワクチンが定期接種になりました!!
- 13 生涯学習コーナー
- 18 フォトニュース

5

2013 No.587



一緒に楽しい時間 パパと遊ぼう

4月20日(土)に「パパと遊ぼう」を夢っ子ひろば のぎさきで開催しました。当日は、12組の親子が参加しました。日ごろ仕事で忙しく、子どもと触れ合う機会の少ないお父さんと一緒に遊ぶことができ、笑顔で楽しい時間を過ごしました。



6月3日(月)～17日(月) 第21回もりや アヤメ祭り開催! 会場：四季の里公園

もりやアヤメ祭りは、四季の里公園を会場に、園内のアヤメや花ショウブを観賞していただくために始まりました。毎年市内外からたくさんの方に来場いただき、静かな環境でゆっくりとアヤメを観賞していただいています。

6月8日(土)、9日(日)には市民の皆さんによるフリーマーケットが行われます。

皆さんのお越しをお待ちしていますので、家族そろってお出かけください。

◎もりやアヤメ祭りに参加しませんか？

- 募集内容 フリーマーケット等
- 募集区画 10区画※先着順(市内在住の方優先)
- 参加資格 テントの設置を行わないため、自己責任において参加できる方
- 実施日 6月8日(土)・9日(日) 10:00～15:00
- 申込方法 5月10日(金)～24日(金)に電話または窓口で直接申し込む
(土・日曜日を除く)

※場所・時間の変更あり／応募がない場合は中止

- 申込・問合先 市役所経済課 商工・観光G
内線262、263

ポイ捨て等防止条例施行5周年 記念キャンペーンを実施します！

清掃のできる服装で、当日直接お集まりください。※軍手・ごみ袋等の清掃用具は主催者が用意

▶日時 5月19日(日) 9:00～ ※雨天決行

▶集合場所 守谷駅西口駅前広場

▶内容 ポイ捨て・路上等喫煙・飼い犬等のふん放置禁止への協力呼び掛け／ごみ拾い

▶主催 守谷駅前クリーンズ

▶共催 もりやをきれいにしよう会、守谷市

▶問合先 守谷駅前クリーンズ 会田☎ 48-3051
市役所生活環境課 内線145

みんなの寄附で守谷のまちづくり ～ふるさとづくり寄附条例～

市では、「守谷市ふるさとづくり寄附条例」を制定し、市民の皆さんや、他の地域に暮らしても守谷市への共感やふるさととしての想いをお持ちの皆さん、さらには企業の皆さんに寄附金を募り、その貴重な財源をもとに個性的で魅力あるふるさとづくりを進めています。

皆さんのふるさとへの想いを寄附に託してみませんか。応援をお待ちしています。

▶問合先 市役所財政課 財政G 内線216

FAX 45-2590

✉ zaisei@city.moriya.ibaraki.jp

人権擁護委員による 「全国一斉特設人権相談」

- 問合先 市役所市民協働推進課
人権推進室 内線136

全国人権擁護委員連合会では、6月1日の「人権擁護委員の日」を中心に、全国一斉特設人権相談を実施し、全国的に人権擁護委員の周知を図ります。

人権擁護委員が人権問題等の相談をお受けしますので、ぜひこの機会にご相談ください。

- ▼日時 6月3日(月) 午後1時～4時
- ▼受付場所 市役所大会議室前

- ※受付後、市役所内相談会場へ案内

▼内容

- ・人権を侵害されている問題

- ・金銭貸借・借地・借家・境界・農地・登記問題
- ・相続・親族・扶養・結婚・戸籍問題
- ・児童・生徒のいじめ問題

- ▼主催 県人権擁護委員連合会

◎市の**人権擁護委員**

人権擁護委員は、市民の人権が侵害されないよう常に注意を払い、もし、人権が侵害されたときは、その相談を受け、被害救済のための適切な処理を行います。また、街頭啓発や講演会などを通じ、人権の大切さについて理解を深めるための活動に努めています。

市には、市長から推薦されて法務大臣が委嘱した次の人

・雪池 鈴木 岸島 春野氏 (立沢55)
・古澤木 康男氏 (本町732-7)
・持田 敏氏 (松前台1-25-1)
・洋昇氏 (本町453-23-1)
・幸代氏 (板戸井191-4)
・みち代氏 (高野173-10)

☎ 4848484846484848
.
00791885
12295
33140
53140
25140
11910
3100
11730

お知らせ

情報 ひろば



お知らせ

平成21年6月以降に県の認定を受けて新築された長期優良住宅は、固定資産税の減額手続きをすることにより、新築住宅に係る税の軽減期間が新築後3年間から5年間に延長されます（居住部分の120m²までの固定資産税が2分の1に減額）。



認定長期優良住宅の 固定資産税の減額手続き

○ 納税は5月31日までに――

軽自動車税は4月1日現在の所有者（納税義務者）に課税されます。納税通知書が届いたら、期限までに納めてください。クレジットカードでも納付できます。

○ 軽自動車税の減免

障がい等級などの条件に



なお、申請の有無が不明の場合は、「平成25年度固定資産税・都市計画税納税通知書」の課税明細書のページをご確認ください。既に申請者の場合は、備考

療育手帳・精神障がい者保健福祉手帳／②の場合、当該法人の登記簿謄本、定款の写し、設立認可書の写し、
当該自動車の運行実績を証する書類（今後の運行予定表）の写し／③の場合、契約書・仕様書等、構造変更の分
かる書類



発電設備点検に伴う 水道水圧力の一時低

▼問合先 保健センター
48・6000

▼会場 分～1時30分は昼休み)
アピタ守谷店

▼日時 5月30日(木)午前10時～午後4時(午後0時～5時)

34) 所納税課 内締23252

▼申請・問合先
課 市民税 G 内線 20 市役所税務

『弾いてみたい・・・』をかなえたい！！

セイワ楽器 ヤマハ音楽教室

ヤマハ大人の音楽レッスン
ヤマハ英語教室

♪春の開講・入会受付中♪
ピアノ・エレクトーン個人レッスンも
随时受付中
無料体験・レッスン見学お問合せください

1歳クラスから大人クラスまで生徒募集中!

セイワ楽器 検索 0120-02-7588 総合案内センターへ

学割 5月31日迄 締切迫る！

学割 学生も家族も

月額基本使用料
最大3年間無料！

↓学生がいないお客様でも！！↓

ウェルカム割
春号そのままでお読みいただけます
**月額基本使用料
2年間 0円**

茨城県守谷市松並2000-40
電話番号 1000-20200 [平成8年中止]
TEL 0292-123-222

募

集



文化会館各種講座

①書の総合講座

▽ 内容 月刊誌を使用した書の講座▽ 日時 6～12月の原則第1・3金曜日(12回)午前9時30分～正午※開講式は6月7日(金)▼講師貝塚玉桂氏▽受講料 無料

※テキスト代1800円を開講時に納入／用具は開講式で説明(自己負担購入)市内在住・在勤の方16人※超過の場合抽選▽対象

②健康・体力づくり講座▽ 内容 ウォーキングやストレッチング運動を行い、心と身体のリフレッシュをして、元気ハツラツ！(転倒を防ぐ筋トレ運動／身体の柔軟性を養うヨガ、ストレッチング運動／バランスを養うウォーキング運動)

※秋に市民交流ウォーキング大会を予定▽ 日時 11月の原則第2・4金曜日(全11回)午前10時～正午※開講式は6月14日(金)▽ 対象 市内在住・在勤の方30人※超過の場合抽選▽ 講師

市のごみ排出量・資源物回収量 3月

※()は前月比 ※3月25日現在人口63,969人
※排出量とは常総環境センターへ搬入されたごみ量を示す

種類	排出量・回収量	昨年同月	1人1日あたり
ごみ	可燃 1013.94 t (+ 179.33 t)	1020.43 t	511 g (+ 90 g)
	不燃 163.05 t (+ 4.05 t)	253.42 t	82 g (+ 2 g)
	粗大 32.95 t (+ 14.48 t)	232.44 t	17 g (+ 8 g)
資源物	新聞 9.01 t (+ 1.02 t)	12.68 t	5 g (+ 1 g)
	雑誌 62.92 t (+ 15.47 t)	69.12 t	32 g (+ 8 g)
	ダンボール 31.31 t (+ 2.27 t)	38.58 t	16 g (+ 1 g)
	古着・布類 13.41 t (+ 3.57 t)	18.55 t	7 g (+ 2 g)
	缶 10.81 t (+ 0.79 t)	14.25 t	5 g (± 0 g)
	ビン 31.84 t (▲ 0.24 t)	33.04 t	16 g (± 0 g)
	ペット 9.05 t (+ 1.00 t)	—	5 g (+ 1 g)
	プラ 29.42 t (▲ 0.58 t)	—	15 g (± 0 g)

可燃ごみ・不燃ごみ・粗大ごみ等の全ての廃棄物が昨年同月比より減少しました。ごみの減量と分別にご協力いただきありがとうございます。

伊藤寿子氏▽受講料 無料
※ウォーキング保険、テキスト代300円程度(自己負担)

▼申込方法 往復はがきに講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、①5月27日(月)必着②5月30日(木)必着で郵送、または窓口に返信用のはがきを持参して申し込み

▼申込・問合先 文化会館
〒302-0104 守谷市久保ヶ丘1-19-2 ☎48-7911

母子家庭等自立促進講習会
医療事務講座

▼期間 6月9日(日)～11月17日(日)午前10時～午後4時

▼内容 講義(日曜日22時間で全110時間)▼対象 母子家庭等となり、おむね7年以内で全日程出席できる方24人程度(所得に応じ個人負担あり/母子家庭等日常生活支援事業活用)※託児所あり(2歳児未満は対象外)

材費等)、その他ボランティア行事用保険料
※所得が301万円以下の方は修了後に交通費の一部支給

▼申込方法 申込書(市役所児童福祉課に用意)に必要書類を添付し、5月25日までに郵送で申し込む※当日消印有効

▼会場、申込・問合先 立母子の家 母子福祉センター 〒310-10065 水戸市八幡町11-52 ☎29-221-8497

日帰り
白内障手術応需
土日祝診療

たかはし眼科

守谷市百合ヶ丘3-249-1
イオンタウン守谷2F(旧ロックシティ)

0297-44-7734

http://eye-takahashi.jp

はるかぜ
つくば国際大学 東風小学校
新1年生～新5年生募集
学校見学随時受付中 (要事前申込)

守谷市百合ヶ丘一丁目 4808番15
TEL: 0297-44-6771 FAX: 0297-48-7355
E-Mail: e-s@harukaze.ed.jp

お問い合わせはいつでもお気軽にどうぞ
詳しくは [はるかぜ小](#) 検索

たかはし眼科

守谷市百合ヶ丘3-249-1
イオンタウン守谷2F(旧ロックシティ)

0297-44-7734

http://eye-takahashi.jp

住宅支援給付事業のお知らせ

●問合先 市役所社会福祉課 内線162

住宅を喪失している、または喪失するおそれのある離職者に、住宅支援給付金を支給することにより、住宅および就労機会の確保に向けた支援を行います。

▶支給対象者

申請時に次の①～⑧のいずれにも該当する方(支給期間中は、常用就職に向けた就職活動を行う)

- ①離職後2年以内の65歳未満の方
- ②離職前に主として世帯の生計を維持していた方
- ③就労能力および常用就職の意欲があり、公共職業安定所へ求職申込を行う(行っている)方
- ④住宅を喪失している方または喪失するおそれのある(⑤⑥の要件に該当し、賃貸住宅等に入居している)方
- ⑤申請者および生計を一とする同居の親族の収入の合計額が、次の金額である方
 - ・単身世帯(1人) 119,400円未満
 - ・複数世帯(2人) 172,000円以下
 - ・複数世帯(3人以上) 218,000円未満
- ⑥生計を一とする同居親族の預貯金合計額が、次の金額以下である方
 - ・単身世帯 50万円
 - ・複数世帯 100万円

⑦国の雇用施策による給付等および自治体が実施する住居等困窮離職者に対する類似の給付または貸付を申請者および生計を一とする同居の親族いずれもが受けていない方

⑧申請者および生計を一とする同居の親族いずれもが暴力団員でない方

▶支給限度額(1か月あたり)

- ・単身世帯 35,400円
- ・複数世帯 46,000円

▶支給期間

3か月間を限度(条件を満たす場合は延長可)

▶支給方法

市から住宅の貸主もしくは貸主から委託を受けた事業者の口座へ振り込む

もりや市民大学
運営委員会委員

協働のまちづくりの担い手育成を目的として、市民の皆さん、「守谷」や「まちづくり」を学ぶ場として、

もりや市民大学を昨年に開校しました。

この大学の企

画・運営を担う運営委員会

委員を募集します。

▼応募

市内在住・在勤で、

「協働のまちづくり」に関

心があり、会議等に出席で

きる方▼募集人数

3人程度

会議出席

(月1～2回)、

31日まで▼選考方法

書類

▼申込・問合先

市役所

市民協働推進課

内線13

FAX

45・65526

✉ kyoudou

@city.moriyaibaraki.jp

2

〒302-10198

守谷市大柏950-1

時～正午

▼会場

市役所大

会議室

▼申込方法

5月20日

までに電話で申し込む

▼日時

5月24日(金)

午前10時～

▼主催・申込・問合先

守谷

▼対象

大切な家族を亡くした方

▼申込・問合先

NPO法

会

綾井

☎ 20-0032

時～3時30分

▼会場

保健センター

▼定員

20人

時30分～3時30分

▼日時

5月27日(月)

午後1時～

▼会場

PLAYGROUP

48・2739

谷市消費者の会 井田

会

6

6

講義運営(月2～4回)

▼活動期限

平成26年3月

等

お問い合わせ▼申込方法

電話番号・電子メールアドレスのほか、応募動機(400字以内)を明記し、6月7日(金)までに、窓口・郵送(ファックスまたは電子メールで申し込み)※応募様式は自由

題です。エネルギーを「上手に使う」手に選んで」「上手に使う」省エネについて、改めて考

えてみませんか?

題です。エネルギーを「上手に使う」手に選んで」「上手に使う」省エネについて、改めて考

子宮がん集団検診受診者募集

子宮頸がんは子宮の入口付近にでくるがんで、発生にはヒトパピローマウイルス（HPV）の感染が関連するといわれています。HPVは多くの人が感染

日程・会場		(検診当日の受付時間は 13:00 ~ 13:45)	
期 日	会 場	期 日	会場
7月1日(月)	保健センター	7月8日(月)	文化会館
7月2日(火)	保健センター	7月9日(火)	高野公民館
7月3日(水)	文化会館	7月10日(水)	保健センター
7月4日(木)	郷州公民館	7月11日(木)	保健センター
7月5日(金)	中央公民館		

個人通知のお知らせはありません。

- ・子宮疾患で治療中または経過観察中の方
- ・今年度中に子宮がん医療機関検診を利用予定の方
- ▼**内容** 子宮頸部細胞診（ブラシで子宮頸部の細胞を採取）
- ▼**料金** 800円（検診日当日に徴収）
- ※75歳以上の方は無料（昭和14年3月31日以前生まれの方）
- ▼**申込方法** 5月27日㈪～6月7日(金)の期間内に電話、または保健センター窓口で直接申し込む※土・日曜日を除く
- ▼**申込・問合先** 保健センターラー 48-6000

H P V は多くの人が感染し、通常は免疫力で自然に排出されますが、消えずになると感染が継続すると子宮頸がんになる危険性があります。早期に発見すれば治すこと

のできるがんです。必ず検診を受けましょう。

▼対象 市内在住で
上（平成6年3月
前生まれ）の女性

※健康保険の種類は問わない。ただし次の方を除く

（性経験のない方が希望する場合は要相談）

- ・ 妹妹中止または姉妹の可能 性がある方

● 経過観察中の方

機関検診を利用予定の方
▼内容 子宮頸部細胞診
(ブラシで子宮頸部の細

▼ 料金 800円（検診日
胞を採取）

※75歳以上の方は無料（昭和4年3月31日以前生ま
当日に徵収）

申込方法
5月27日(月)～
れの方)

6月7日(金)の期間内に電話、または保健センターへ直接申込下さい。

▼申込・問合先 保健セン
ター ☎ 48・6000
土・日曜日を除く

皆さんのがご存じのとおり、私は市役所で働いています。職場では、子どもがいても常勤している女性職員が多いです。この光景を見ていると、日本も男女共同参画社会になってきたのだと感じられます。しかし、私が来日してから受けた印象はこの光景とは異なります。今回は男女平等について書きたいと思います。

私は日本で、年齢と結婚についてよく聞かれます。日本はドイツと異なり、男性と女性の社会的な役割が決まっているような印象を受けました。必ず結婚しなければならない気がしてしまいます。私はもう33歳なのに、結婚はしていません



しゃーを感じてしまします。日本では、結婚すると男性が働き、女性が子どもの面倒を見て、家事をするという役割分担が昔からあります。現在は、徐々に変わりつつあるようで、ドイツも似たような状況にあります。しかし、日本は政府が男女共同参画を支援していく相変わらず男性社会であると感じました。男女平等は政府ではなく、個人レベルでの対応が必要なのではないでしょうか。

す。たとえ、これらが日本の縦社会に結び付いているのだとしても、基本的に日本には、高い地位（例えば社長や大臣）につく女性は少ないです。市役所ですら、少しずつ増えていますが、管理職の女性はまだ少ないと感じます。男女共同参画を推進すれば、男女比率も変化していくでしょう。

ただ、夢を追う若者を見ていると、男女平等が進んでいる気がしています。私は、特に出世に対する意欲的な女性を応援しています。男女共同参画社会を政策によって実現するのは時間がかかり、日本もドイツもその過程にあると感じています。このスピードを加速させるには、皆さん一人一人の行動を変えていくことが大切です。まずは手始めに、男性も食後の食器を片付けましょう。その後は、料理に洗濯に、子どもの送り迎えに…そのうち逆転してしまうかもしれませんね。それでも、女性をサポートしていくことが今後の社会にはとても重要なことなのです。

6月の子育てカレンダー

ウェブ版 <http://www.city.moriya.ibaraki.jp/>

携帯版 <http://mobile.city.moriya.ibaraki.jp/kosodate/>



月	火	水	木	金	土	日
					1 〔夢〕講赤★	2
※広場 6月分予約は、5月24日(金)受付開始						
3 〔夢〕の12時まで・ほ ね親子活動 0~1歳	4 〔夢〕の12時~・ほ・み・ 守中・リ★	5 〔夢〕の・ほ・み・お	6 〔夢〕ほ・み・守中	7 〔夢〕の・ほ 13時~・み・ 低ほ	8 〔夢〕講赤★	9
10 〔予〕子育てサークル 〔夢〕の・ほ	11 〔夢〕の・ほ・み・守中	12 〔夢〕の・ほ・み・お	13 〔夢〕ほ・み・守中	14 〔夢〕の13時~・ほ・み・ 低の おもちゃ修理	15 〔夢〕講赤★	16
17 〔夢〕ボ☆の12時~・ほ ね親子活動 1~3歳	18 〔夢〕の・ほ・み・守中	19 〔夢〕の・ほ・み・お 〔ね〕お母さんのリフ レッシュ	20 〔夢〕ほ・み	21 〔夢〕の・ほ・み低	22	23
24 〔予〕広場 7月分 (夢つ子・ねっこ) 〔夢〕の・ほ・北守谷	25 〔夢〕の・ほ・み・守中	26 〔夢〕の・ほ・み・お・講ア★ 全広場 12時まで	27 〔夢〕ほ・み・守中	28 〔保〕育児健康相談会 〔夢〕の・ほ 13時~・み・ 低ほ	29	30

予 予約受付開始日 10:00 ~ 広場:夢つ子・ねっこ/子育てサークル支援:夢つ子 (☎ FAX 48-8804)

ね ねっこ (まつやま保育園 ☎ 45-8828) <保> 保健センター (☎ 48-6000)

親子活動 9:30 ~ ★要予約

お母さんのリフレッシュ 10:00 ~ 11:00

夢 地域子育て支援センター・夢つ子 (☎ 45-2462)

の 夢つ子ひろばのぎさき (地域子育て支援センター) 9:30 ~ 15:30

リ リトミック 10:00 ~ · 11:00 ~ ★要予約

ポ ぽかぽか子育て教室 10:00 ~ 12:00 ☆事前に問い合わせ

講ア アロマ 10:30 ~ · 11:00 ~ · 11:30 ~ ★要予約

講赤 赤ちゃんマッサージ (H24年12月1日~H25年4月1日生まれ) 10:00 ~ 11:30 ★要予約

おもちゃ修理 13:30 ~ 15:00 ※修理するおもちゃは随時受付

ほ 夢つ子ひろばほくえん (北園保育所集会室) 10:00 ~ 15:00

み 夢つ子ひろばみずきの (郷州小学校) 10:00 ~ 12:00 · 13:00 ~ 15:00

お 夢つ子ひろばおおがしわ (大柏生活改善センター) 10:00 ~ 12:00 · 13:00 ~ 15:00

守中 夢つ子ひろば守中 (守谷中学校地域交流室) 10:00 ~ 14:00

北 出前広場北守谷 (北守谷公民館ホール) 10:00 ~ 14:00

低 低年齢の広場 [1歳の誕生日まで]

(のぎさき/ほくえん/みずきの) 12:00まで

○ 北守谷児童センター「キ・ターレ」(☎ 45-2278) 10:00 ~ 17:00

HP <http://www.moriya-koryuplaza.jp/index.php?id=4>

○ 南守谷児童センター「ミ・ナーデ」(☎ 21-1224) 10:00 ~ 17:00

HP <http://members3.jcom.home.ne.jp/minaade/>

園庭開放月 〔月曜日〕	・地域子育て支援センター 9:30 ~ 16:00
	・まつやま保育園 9:00 ~ 12:00
	15:00 ~ 16:00
	・わかばのもり保育園 10:00 ~ 15:00
	・土塔中央保育所 10:00 ~ 16:00
	・北園保育所 10:00 ~ 16:00

▷ 予定は変更される場合
があります。

▷ 詳細は各事業所へお問
い合わせください。

▷ 子育て情報は、支援セ
ンター発行の『お便り』
(各広場や市役所・公
民館などで取得) や、
ホームページで見ることができます。

■ 虐待相談通報窓口 市役所児童福祉課 月~金曜日 8:30 ~ 17:15 ☎ 45-1111 内線 157

■ 家庭児童相談室 市民交流プラザ内 月~金曜日 8:30 ~ 17:00 ☎ 45-2314

* 子どもの言葉・発達・成長などさまざまな相談に応じます。

* 出張相談…南守谷児童センター 毎週金曜日 10:00 ~ 11:30

■ 育児相談 ※メール相談は随時受付

地域子育て 支援センター・夢つ子	月~金曜日 8:30 ~ 17:15 ☎ 45-2462	土塔中央保育所	月~金曜日 8:30 ~ 17:15 ☎ 48-1876
ねっこ まつやま保育園	月~金曜日 8:30 ~ 16:00 ☎ 45-8828	北園保育所	月~金曜日 8:30 ~ 17:15 ☎ 48-4897
		保健センター	月~金曜日 8:30 ~ 17:15 ☎ 48-6000

国民年金の独自給付 付加年金・寡婦年金・死亡一時金

- 問合先
 - ・日本年金機構 土浦年金事務所 ☎ 029-824-7121 (資格・納付・免除に関すること)
☎ 029-824-7169 (お客様相談室)
 - ・市役所国保年金課 年金G 内線 105、106

国民年金には、「老齢基礎年金」や「障害基礎年金」、「遺族基礎年金」以外にも、付加年金・寡婦年金・死亡一時金という第1号被保険者の独自給付があります。

第1号被保険者とは、日本国内に住所がある農業・自営業・学生などの方、勤めていても厚生年金保険や共済組合に加入できない方で、国民年金に加入している方のことです。

●付加年金

定額保険料に月額400円を上乗せして納める
と、将来受け取る老齢基礎年金に付加年金が加算
されます。

①加入（納付）できる方

第1号被保険者と任意加入被保険者

②年金額

$$\boxed{\text{付加年金の年金額(年額)}} = \boxed{200\text{円}} \times \boxed{\text{付加保険料納付月数}}$$

- ・付加保険料の納付は、申し込んだ月分からになります。納付期限は翌月末日（休日・祝日の場合は翌営業日）で、期限を過ぎると当該月分から納付できず、再度申し出が必要になります。
- ・国民年金基金に加入中の方は、付加保険料を納付できません。

●寡婦年金

①受給要件

第1号被保険者として保険料を納めた期間（免除期間を含む）が25年以上ある夫が年金を受けずに亡くなった場合、10年以上継続して婚姻関係にあり、生計を維持された妻に対して、60歳から65歳になるまでの間、支給されます。

②年金額

$$\boxed{\text{寡婦年金額}} = \boxed{\text{夫が受けられるはずだった老齢基礎年金額}} \times \boxed{4\text{分の}3}$$

▶亡くなった夫が「障害基礎年金」の受給権者、または「老齢基礎年金」を受けていた場合は支給されません。▶妻が繰上げ支給の老齢基礎年金を受けている場合は支給されません。

●死亡一時金

①受給要件

第1号被保険者として保険料を3年（36月）以上納めた方が、「老齢基礎年金」「障害基礎年金」を受けずに亡くなられた場合、その方によって生計を同じくしていた遺族に支給されます。

②遺族の範囲

死亡一時金を受けることができる遺族は、死亡した方の配偶者・子・父母・孫・祖父母・兄弟姉妹であって、死亡した方と生計を同じにしていた方です。なお、死亡一時金を受ける方の順位は、配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹の順であり、先順位の人が受けられない場合は後順位の方に支給されます。

③死亡一時金の額

保険料納付済期間	金額（円）
36月以上 180月未満	120,000
180月以上 240月未満	145,000
240月以上 300月未満	170,000
300月以上 360月未満	220,000
360月以上 420月未満	270,000
420月以上	320,000

▶付加保険料を3年（36月）以上納付している場合は、8,500円が加算されます。▶遺族基礎年金を受けられる遺族がいる場合は、死亡一時金は支給されません。▶寡婦年金と死亡一時金の両方を受けられる場合は、選択によりどちらか一方が支給されます。

年平
金成
額25
（年
度
額
）の

平成25年4月から9月までの年金額は、平成24年度と同額です。

- ◇「老齢基礎年金」（保険料を40年間納めた場合） 786,500円
- ◇「障害基礎年金」
 - ・1級 983,100円 ・2級 786,500円
- ◇「遺族基礎年金」
 - ・子のある妻が受ける場合（子が1人のとき） 1,012,800円
 - ・妻がなく子が受ける場合 786,500円

※「子」とは18歳に到達した年度末になるまで（1・2級の障がいの状態にある子は20歳になるまで）

3ワクチンが定期接種になりました!!

(ヒブ・小児肺炎球菌・子宮頸がん)

●問合先 保健センター ☎48-6000

予防接種法が改正され、4月1日(月)からヒブ・小児肺炎球菌・子宮頸がんの予防接種が定期予防接種になりました。協力医療機関(保健センター予定表、市ホームページ等で確認)に予約の上、「予診票」「母子健康手帳」「保険証」を持参して、接種を行ってください(病院によっては接種できないワクチンがありますので、予約時にご確認ください)。

- 平成25年3月までに配布していた「予診票」は引き続き使用できます。
- 次の内容で接種を受ける場合は自己負担額はありません。

	対象年齢(初回接種の年齢)	接種回数	接種間隔
ヒ ブ	生後2か月から7か月に至るまでの間	4回	初回免疫:27~56日の間隔で3回接種 追加免疫:3回目の接種から7~13か月後
	生後7か月に至った日の翌日から12か月に至るまでの間	3回	初回免疫:27~56日の間隔で2回接種 追加免疫:2回目の接種から7~13か月後
	生後12か月に至った日の翌日から60か月に至るまでの間	1回	1回のみ接種

	対象年齢(初回接種の年齢)	接種回数	接種間隔
小 児 肺 炎 球 菌	生後2か月から7か月に至るまでの間	4回	初回免疫:27日以上の間隔で3回接種 追加免疫:3回目の接種から60日以上の間隔をおいて1回接種(標準は12~15か月齢の間にう)
	生後7か月に至った日の翌日から12か月に至るまでの間	3回	初回免疫:27日以上の間隔で2回接種 追加免疫:2回目の接種から60日以上(標準として1歳以上)
	生後12か月に至った日の翌日から24か月に至るまでの間	2回	60日以上の間隔で2回接種
	生後24か月に至った日の翌日から60か月に至るまでの間	1回	1回のみ接種

	対象年齢	ワクチン名	接種回数	接種間隔
子 宮 頸 が ん	小学6年生から高校1年生までの相当年齢の女子 標準期間:中学1年生	サーバリックス	3回	2回目:1回目の接種から1か月後 3回目:1回目の接種から6か月後
		ガーダシル		2回目:1回目の接種から2か月後 3回目:1回目の接種から6か月後

ワクチンは必ず1回目に接種したワクチンを3回接種

守谷市民活動支援センター

市民活動 サロン

●問合先 守谷市民活動支援センター [HP http://www.moriya-cac.org/](http://www.moriya-cac.org/)
守谷市御所ヶ丘5-25-1(市民交流プラザ内) ☎46-3370 FAX46-3320
開館時間 10:00~18:00／休館日 月曜日、年末年始(左記以外の祝日は開館)

春うらら・ふるさと大野ウォーキング

▶日時 5月19日(日) ※雨天中止

9:00出発(8:50集合)~14:00(予定)

▶集合場所 大野地区公民館前(大野小学校内)
※駐車可能

▶参加費 大人200円(当日徴収)、子ども無料
※主催者が豚汁を用意

▶申込方法 住所・氏名・連絡先電話番号を記入
し、ファックスで申し込む

▶申込・問合先 守谷市民活動支援センター

主催:大野地区公民館(館長 高橋基一郎氏)
共催:ふるさと大野を語る会(会長 古谷利一氏)

▶ウォーキングコース

- ①大野地区公民館・大野小学校出発~
 - ②四季の里公園~③清瀧寺~④大野揚水機場~
 - ⑤常総環境センター・新焼却場見学~
 - ⑥昼食(堤防または運動公園)~
 - ⑦大野川~⑧大野地区公民館・大野小学校解散
- ☆全行程10km程度(約3時間半)です。
☆コースは、一部変更になる場合がありますので
ご了承ください。

ボランティア活動紹介

活動団体紹介 23

白ゆり会

白ゆり会は、老人ホーム等の施設で箏や三弦、歌の演奏をする音楽ボランティアです。入居者や施設利用者の身体と心がなごむような活動を心がけています。

☆会員募集

親の介護を控えている方、将来のデイサービスなどを受ける心の準備をしたい方など、一緒に活動しませんか?

▶問合先 白ゆり会 山田

☎ 48-9712

■ 最近の活動 ■



去る1月16日(水)、常総市葵の園に音楽ボランティアに行きました。約100人のお年寄りとともに、箏演奏と手話や歌を楽しみました。

守谷さとやまマップができました!

市内の里山保全活動を行う団体が集まる「守谷里山ネットワーク」が『守谷さとやまマップ』を作成し、守谷市から発行されました。ただいま配布中です。

市内各地区にある里山が、楽しいイラストで紹介されています。ほかにも、昭和48年当時の地形図や花ごよみ、里山での遊び方など、興味深い情報が満載です。

▶配布場所 市民活動支援センター、市役所、各公民館、アカスプロジェクト事務所等



生涯学習コーナー

生涯学習コーナー

○守谷市公民館事業

5・6月の筋トレ＆シェイプトレーニング参加者募集

▼日時・会場

中央公民館

5月13日(月)午前10時30分～

11時15分、22日(水)午後1時

30分～2時15分／郷州公民館

6月7日(金)午前11時15分～正午

▼募集人数

各日20人

▼参加費

無料

▼持参品

ストレッチマット(あら方のみ)

▼服装

運動のできる服装

▼申込方法

当日受付

▼申込・問合先

中央公民館 ☎ 48・6731

郷州公民館 ☎ 48・6711

5月13日(月)午前10時30分～

11時15分、22日(水)午後1時

30分～2時15分／郷州公民館

6月7日(金)午前11時15分～正午

▼募集人数

各日20人

▼参加費

無料

▼持参品

ストレッチマット(あら方のみ)

▼服装

運動のできる服装

▼申込方法

当日受付

▼申込・問合先

中央公民館 ☎ 48・6731

9時40分～正午※雨天中止(当日連絡)

▼集合場所

中央公民館駐車場

▼参加費

1000円

人(超過の場合抽選者に連絡)

▼講師

川崎泰泰

彦氏▼服装 運動のできる

飲み物、タオル▼申込方法

5月22日(水)までに電話または窓口で申し込む

氏(筑波大学人間学群障害科学域特任助教)▼申込方法 6月10日(月)までに電話または窓口で申し込む

井昭氏(社会教育主事)▼申込方法 5月28日(火)までに電話または窓口で申し込む

北守谷公民館事業

中央公民館 ☎ 48・6731

5月の気軽にフィットネス

▼申込・問合先 参加者募集

トールペイント教室

▼参加費 無料▼講師 酒酒

▼申込方法 5月28日(火)までに電話または窓口で申し込む

▼申込・問合先 参加者募集

北守谷公民館 ☎ 47・0111

アクリル水彩画教室

▼申込・問合先 参加者募集

○郷州公民館事業

▼参加費 無料▼講師 酒酒

▼申込方法 6月7日(金)午後1時30分～4時▼会場 郷州公民館集会室

▼申込・問合先 参加者募集

自転車運転マナー教室

▼申込・問合先 参加者募集



品 品 全員▼參加費 無料▼持參
タオル、飲み物▼服装 動きやすい服装※上ばきは
貸し出し可

▼内 容 小学生を中心としたダンスサークル ▼日時 6月26日(水)、7月3日(水)
17日(水)(全3回) 午後5時
～7時 ▼募集人数 希望者

スカート着用（丈は自由）
▼申込方法 6月7日（金）までに電話で申し込む
▼申込・問合先 小嶋 46・4037
◎ジュニアダンスクラブ

内 容 茶の湯教室 ▼ 日 時
6月11日火・25日火午前10時30分～11時30分(全2回)
▼ 募集人 数 若干名 ▼ 参 加
費 500円 (茶菓子代)
特 参品 白、桃、 ▼ 服裝

高野公民館 ふれあい体験教

参加者募集

市民バレー ボール大会

参加チラシ募集

▼申込・問合先
市役所生涯学習課 スポ

場▼対象 市内在住・在勤
在学の方100人（初心者）

で申し込む

第3回

高野公民館地域ふれあいまつり

作品展

▶ **日時** 6月1日(土)・2日(日)・6月8日(土)・9日(日) 10:00～16:00
▶ **内容** ☆6月1日(土)・2日(日)

☆6月1日(土)・2日(日)
プリザーブドフラワー、フラワーアレンジメント、パッチワーク、
編み物、ボールペン字、トールペイントなど
☆6月8日(土)・9日(日)
和紙ちぎり絵、押し花、絵手紙、草木染めなど

発表会

▶日時 6月1日(土)、8日(土)、9日(日) 10:30~

6月2日(日)のみ 11:00 ~

▶ 内容 6月2日(土)11:00
フルートアンサンブル、合唱、ハーモニカ、歌謡曲、箏、オカリナ、
アンサンブルオーケストラ、フラダンス、創作ダンス、ジュニアダンス、
キッズダンス、太極拳 詩吟 子どもミュージカル 熊凄 朗誦など

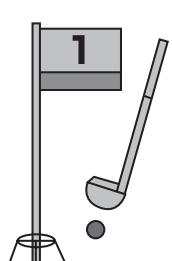
地域ふれあい特別企画

▶日時 6月1日(土)14:30～15:30 着ぐるみ人形劇「とうきちとたぬき」
読み聞かせもあります 守谷人形劇クラブ(参加費無料、当日自由参加)
6月2日(日)11:00～12:15 おもしろ理科実験教室
対象 小学生(2年生以下は保護者同伴)、定員30人(超過の場合抽選/当選者に連絡)、材料費50円、申込方法5月26日(日)までに電話または窓口で申し込む(高野公民館45-5411)
6月8日(土)14:20～15:20 ダブルダッチ世界チャンピオン公開演技
ダブルダッチ体験もできます(参加費無料、当日自由参加)
6月9日(日)14:10～15:30 いきいき健康医療セミナー
「守谷の家庭の医学1 生活習慣病予防編」
定員120人、参加費無料、申込方法5月27日(月)までに電話または窓口で申し込む(高野公民館45-5411)

模擬店

- そば処 6月1日(土)・9日(日) 11:00～
- 焼きそば 6月2日(日)、8日(土) 11:00～
- カフェ&スイーツ 6月1日(土)・8日(土) 10:00～
※いずれも商品がなくなり次第終了

▶問合先 高野公民館☎ 45-5411
※駐車場に限りがありますので、徒歩・自転車等でのご来場をお願いします。



生涯学習コーナー

◎市文化協会主催事業
初心者陶芸講座

参加者募集

初心者向け陶芸講座です。文化活動に取り組む絶好の機会です。ぜひ、ご参加ください。

▼日時 6月5日～10月16日

日の第1・3水曜日／午後7時～9時（全10回）

▼会場 中央公民館陶芸舎

▼募集中人数 市内在住の方10人

※超過の場合抽選

▼講師 坪内孝典氏（陶芸家）

▼参加料 加費 2000円程度（材料費）

▼主催 市文化協会

▼申込方法 住所・教室名を記入し、5月27日（月）必着で申し込む

▼申込・問合先 ☎ 302-0198 守谷市大柏950-1

市役所生涯学習課 生涯學習G 内線276



大人の踊り教室（舞踊）
参加者募集

参加者募集

▼日時 6月15日㈯、7月20日㈯、8月17日㈯、9月21日㈯、10月19日㈯、12月21日㈯、平成26年1月18日

（土）、2月15日㈯、3月15日㈯午後6時～9時（全9回）

※月1回土曜日開催／入会随时受付

▼会場 北守谷公民館和室

▼講師 東浦花舟氏（市文化協会講師）

▼参加料 加費 1200円（保険料・教材費）

▼主催 市文化協会芸能部会

▼申込方法 足袋（ある方）

▼持参品 洋服可

／浴衣、紐2本、半幅帯、

足袋（ある方）

▼申込方法 6月7日（金）までに電話で申し込む

▼申込・問合先 花の井 ■090-3409-1224

▼申込方法 6月15日（土）までに電話またはファックスで申し込む

▼申込・問合先 入江 様 口 ☎ FAX 48-0449

市伝統文化保存会（じども教室）
参加者募集

▼日時・会場 中央公民館

市の古くから伝わる唄と踊り、舞踊・民謡・お琴の基礎を学びます。



16日㈯・23日（祝・土）（芸能祭）、12月7日㈯、平成26年1月19日㈰・25日㈰、2月22日㈯、3月8日㈯（成果発表会）（全18回）午前10時30分集合／午前11時～正午

※11月9日㈯・16日㈯の会場は高野公民館

▼対象 幼児～小学生20人（幼児は保護者同伴のこと）

▼参加料 1200円（保険料・教材費）

▼持参品 浴衣、紐2本、半幅帯、足袋

▼講師 北守谷公民館講師

1000円（材料費別途）

市役所敷地内）

▼募集人数 15人

年長～小学生30人

▼参加費 1回500円

▼指導者 中国医療気功指導員

1000円（材料費別途）

市役所敷地内）

▼募集人数 15人

年長～小学生30人

▼参加費 1回500円

▼指導者 中国医療気功指導員

1000円（材料費別途）

市役所敷地内）

▼募集人数 15人

年長～小学生30人

▼参加費 1回500円

▼指導者 中国医療気功指導員

1000円（材料費別途）

市役所敷地内）

▼募集人数 15人

性の方大歓迎です！

▼日時 5月21日～7月23日の毎週火曜日／午後2時～3時（全10回）

▼会場 守谷ファミリーハウス（常総運動公園入口付近旧守谷ミニニティールーム（取手市役所敷地内）

▼募集人数 15人

年長～小学生30人

▼参加費 1回500円

▼指導者 中国医療気功指導員

朝のラジオ体操
参加者募集

みんなと一緒に、早朝のラジオ体操をしてみませんか。

▼日時 毎朝午前6時30分

～※毎週水曜日は、ラジオ体操の後に簡単な氣功を実施

▼会場 近隣の朝起きられる方

▼参加費 無料

▼指導者 健康運動実践指導者

（水曜日のみ）

▼申込方法 NPO法人次世代教育センター事務局

11月～12月

1月～2月

3月～4月

5月～6月

7月～8月

9月～10月

11月～12月

1月～2月

3月～4月

5月～6月

参加者募集

アーチもねもしほ英語

NPO法人守谷ファミリークラブ

10月～11月

1月～2月

3月～4月

5月～6月

7月～8月

9月～10月

11月～12月

1月～2月

3月～4月

5月～6月

7月～8月

9月～10月

11月～12月

1月～2月

3月～4月

5月～6月

7月～8月

入場無料

もりや夢の舞と響

今年3月に開催した洋楽の公演に引き続き、伝統芸能の公演を開催します。
市文化協会伝統芸能部会の指導者として活躍される方々の演奏や踊りを、ぜひご堪能ください。
なお、来年度は従来どおり洋楽と伝統芸能の二部構成で開催する予定です。

▶日 時 6月2日(日)

開場 12:30

開演 13:00

▶会 場 中央公民館ホール

▶出 演 (予定: 敬称略)

【舞 踊】花柳茂彦 (田中昇)、栄扇花寿穂 (斎藤美代子)、壽小藤 (岡田クニ子)、
藤間勘呂次 (井上京子)、若柳秀香 (入江かおり)、若柳秀希 (長塚有希)
花柳欣寿美英 (高浦はるみ)、西川寛 (遠藤寛徳)
【筝 曲】橘みどり (三野輪みどり)

【尺 八】廣部竹影 (廣部 勇)

【民謡】根本貴聟 (根本喜好)、中島昭美 (中島昭二)

▶入場料 無料 (お気軽にご来場ください)

▶共 催 市文化協会・市教育委員会

▶問合先 市役所生涯学習課 生涯学習G
内線 272

守谷アンサンブルオーケストラ(MEO)第16回定期演奏会

守谷で活動するアマチュアオーケストラ MEO の定期演奏会です。

今回は昨年末に引き続き、指揮者にカナダで NAC 交響楽団との共演など国際的な舞台で名演を披露され、また、多くの学生・社会人オーケストラの指導者として活躍されている岸本祐有乃さんをお迎えした演奏会です。今回はブラームスの「田園交響曲」ともいわれる交響曲第2番を演奏します。

入場無料、全席自由です。皆さんのご来場を、団員一同心からお待ちしています。

▶開催日時 6月23日(日) 13:30 開場 14:00 開演

▶開催会場 ノバホール (TXつくば駅下車徒歩5分) 入場無料 (全席自由)

▶指揮 岸本祐有乃

▶曲目 O.ニコライ 歌劇“ウインザーの陽気な女房達”序曲

W.A.モーツアルト 交響曲第39番 変ホ長調 Kv.543

J.ブラームス 交響曲第2番 ニ長調

▶問合先 守谷アンサンブルオーケストラ事務局

一木 ☎ 50-0283

▶ホームページ <http://orchestra.musicinfo.co.jp/~meo/>

市文化協会主催

第27回ふれあい美術展

▶内 容 日本画、洋画、写真、陶芸などの展示

▶期 間 I期 6月10日(月)~16日(日)

※12日(水)は休館

II期 6月17日(月)~23日(日)

▶時 間 9:00~17:00

※16日(日)・23日(日)は正午まで

▶会 場 中央公民館

▶主 催 市文化協会展示部会

▶問合先 霜多 ☎ 45-7921

菊友会から 菊苗配布のお知らせ

▶第1回盆養菊

5月19日(日)9:00~11:00

▶第2回だるま苗

6月23日(日)9:00~11:00

▶会 場 中央公民館駐輪場

▶問合先 市文化協会園芸部会

高橋 ☎ 090-2553-9168



としょかんへいこう！

5月の児童テーマ棚「おとこのこ」



◆資料の検索はホームページから（パスワードを登録すると、予約・貸出状況の照会や予約申込もできます）

パソコン <http://www.lib.moriya.ibaraki.jp/> 携帯電話 <https://mobile.lib.moriya.ibaraki.jp/>

蔵書点検のお知らせ

休館のお知らせ

5月23日(木)から30日(木)まで、中央図書館および各公民館図書室は、蔵書点検作業のため特別整理期間として休館になります。

休館中は、利用者の皆さんが図書館を快適に利用できるよう、図書館にある全資料について状態や所在を一点ずつ点検する、いわゆる「棚卸し」にあたる作業のほか、普段はできない資料の大規模な移動や館内の修繕などを行います。

利用者の皆さんには、大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。



休館中の返却はブックポストへ

中央図書館、各公民館、文化会館入口横、保健センター入口横に設置しているブックポストをご利用ください。

ただし、ブックポストに返却できるのは、本のみです。本以外の資料については破損する恐れがありますので、5月31日(金)以降、直接カウンターにご返却ください。

貸出期間の延長

5月9日(木)から22日(水)までに借りる資料は、返却期限が通常よりも長くなります。詳しくは、館内掲示または図書館のホームページをご覧ください。

おはなし会においでよ！

■おはなし会（大型絵本やパネルシアターなど、家族みんなで楽しめます）

▶日時 5月10日(金)・11日(土)・14日(火)・15日(水)、6月4日(火)・8日(土)・12日(水)・14日(金)
11:00～／5月11日(土)・19日(日)14:00～

▶場所 中央図書館 1階 おはなしのへや

▶日時 5月13日(月)、6月3日(月) 15:00～
▶場所 保健センター



■人形劇「ぐりとぐら」（おはなしクラブわらべ）

▶日時 5月12日(日) 14:00～
▶場所 中央図書館 3階 視聴覚室

■おひざでだっこおはなし会（赤ちゃん向け）

▶日時 5月21日(火) 11:00～
▶場所 中央図書館 3階 視聴覚室

※5月10日(金)～6月10日(月)頃の予定を掲載しています。日時は変更になる場合があります。

第二次守谷市子ども読書活動推進計画を策定しました

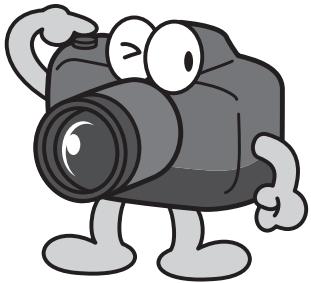
平成25年3月、パブリックコメント実施や図書館協議会への諮問・答申を経て、本計画を策定しました。中央図書館や各公民館図書室、ホームページ等でご覧いただけます。

休館日 毎週月曜日、6月12日(水)は各公民館図書室のみ休室、6月28日(金)は中央図書館のみ休館

5月23日(木)～5月30日(木)は、中央図書館・各公民館図書室全てが休館

5・6月

開館時間	中央図書館	10:00～18:00（※木曜日は、13:00～18:00）
	各公民館図書室	9:30～16:30



1月に開催された日本選手権大会で優勝したダブルダッチチーム「☆皆跳☆」が市役所を訪問し、6月に米国で開催される世界選手権出場を市長に報告し、演技を披露しました。ロープを巧みに操り、生み出される技の数々に観客からは大きな拍手が送られました。

左から平久保健太さん(大野小)、田村江莉果さん(我孫子市立根戸小)、米谷樹さん(守谷小)、寺田心優さん(高野小)



界一を目指して！

「☆皆跳☆」市長表敬訪問（4月4日）



しい交通マナーの実践を！

春の全国交通安全運動（4月8日）

新年度を迎えた春の息吹を感じる中、市民交流プラザ前交差点および守谷高校西交差点で110人の参加をいただき、交通安全街頭キャンペーンを実施しました。（協力：取手警察署、取手地区交通安全協会、交通指導隊、交通安全母の会、守谷高等学校、守谷市ボランティア協会、守谷の交通ルールを守る会、株式会社明治、市地域省エネルギー対策実行委員会）



口から本格指導！

ジュニアゴルフ教室（3月26日～28日）

市体育協会では、市内の小中学生を対象にジュニアゴルフ教室を開催しました。橋本和夫プロから本格的な指導を受けた参加者19人は、最終日にコースをラウンド。練習で学んだことを実践し、青空の下、ゴルフを楽しんでいました。





域の「絆」を深めるために…

区長業務説明会（4月20日）

新年度開始に伴い、各地域の区長の方に委嘱状交付と業務内容の説明が行われ、各区長から地域の問題や要望が寄せられました。市民の皆さんのが安心して住みなれた地域で暮らせるよう、地域と行政を繋ぐ大切な連絡調整役として、今後もご協力をお願いします。



小学一年生の警察署長！ 一日警察署長市長表敬訪問（4月4日）

取手警察署で「一日警察署長」のイベントが開催されました。今春新一年生となった佐藤一太さん（御所ヶ丘小）と寺田美優さん（大野小）が一日警察署長として市長を表敬訪問し「交通安全お願い文」を手渡しました。かわいい敬札を披露した警察署長さんは、事故の防止と交通安全をお願いしました。



いしい料理で国際交流 韓さんの韓国料理教室（4月24日）

世界各国の料理を通じて国際交流を図る「世界の料理教室」。今回は、日本でも大人気の韓国料理に挑戦しました。市内在住で韓国出身の韓さんと一緒に、まいたけを使ったジョン（チヂミ）や甘いホトクなどを作り、みんなで楽しく試食しました。



はなし大好き！ おひざでだっこおはなし会（4月23日）

図書館で人気の「おひざでだっこおはなし会」を開催しました。お話だけでなく、手遊びやわらべ歌などで盛り上りました。赤ちゃんを持つお母さんには情報交換の場にもなり、親子で楽しい時間を過ごしました。

5月の納期

- ・上下水道使用料…3・4月分
- ・軽自動車税……………全期

粗大ごみ収集日

申込日	収集日
5/ 7～5/10	5/20
5/20～5/24	6/ 3
6/ 3～6/ 7	6/17

●携帯版「もりやクリーンカレンダー」
<http://mobile.city.moriya.ibaraki.jp/clean/>

6月のし尿収集日

日	区分
3 4 5	大井沢地区
7 10 11	大野地区
13 14 17	高野、乙子、南守谷地区
19 20	原、原本町、北園
24 25	小山、奥山新田、奥山本田、辰新田、同地、赤法花
27 28	

休日・夜間緊急診療所

取手医師会病院（小児科除く）
☎ 0297-78-6111
JAとりで総合医療センター（小児科:水曜日除く）
☎ 0297-74-5551
総合守谷第一病院（小児科:水曜日）
☎ 45-5111

人口と世帯数

平成25年4月25日現在

前月比	
世 帯	24,379戸 (156戸)
人 口	64,075人 (+106人)
男	32,347人 (+82人)
女	31,728人 (+24人)
昨年同月人口	62,891人

メールもりやに登録を！

市の情報をメールで配信
<http://mm.city.moriya.ibaraki.jp/mobile/>

◆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



ヘルシー保健師だより Vol.71

糖尿病と認知症について

今、糖尿病の方やその疑いのある方が年々増加してきています。糖尿病が怖いのは、初期は自覚症状がありませんが、じわじわ進行すると合併症が起こることです。近年は「認知症」も合併症の一つとして注目され始めています。

これまで、脳血管障害（脳出血や脳梗塞）を原因とする「脳血管性認知症」の発症が多いと言われてきました。しかし、最近の研究では「アルツハイマー病」の発症にも関与することが分かってきました。糖尿病の方は糖尿病ではない方と比べて、どちらの認知症でも約2倍に増えるという報告があります。

そのメカニズムについては研究されているところですが、動脈硬化以外にもインスリン抵抗性（血糖値を下げるインスリンが十分に働くなくなる）、加齢による影響などが複雑に関連しています。
◎合併症を起さないために

糖尿病の治療中の方

主治医と相談しながら治療を継続してください。自己判断で中断しないようにしましょう。

採血後は血糖のコントロール状況が良好かどうか、検査の結果（血糖値、HbA1c：ヘモグロビンエーワンシーなど）をよく確認するようにしましょう。主治医に相談しながら、食事・運動療法を心がけましょう

境界型糖尿病と指摘されたことがある方

放置せずに受診して、主治医に必ず相談しましょう。食事・運動療法を心がけましょう。

糖尿病を指摘されたことがない方

年に1回は健診を受けて、自分の状態を確認し、今の状態を継続できるようにしましょう。

※保健センターでは、保健師・栄養士が栄養相談・生活習慣の見直しなど、随時相談を受付していますので、気軽にご連絡ください。



守谷市役所

〒302-0198 守谷市大柏950-1

☎ 0297-45-1111 (代表)

<http://www.city.moriya.ibaraki.jp/>

発行者 守谷市長 会田 真一

編集 守谷市役所総務部秘書課