

きっと、もっと守谷が好きになる

広  
報

# MORIYA

1

広報もりや  
2024 No.715

ラグビー日本代表

新春  
対談



レ  
メ  
キ  
選  
手  
×  
松  
丸  
市  
長





※日本ラグビーデジタルミュージアムより

**松** 守谷ボーイズ？  
アルゼンチン戦でのドロップゴールはお子さんも喜んでいただけのでは？

**松**  
状況でした。しかし、「(代表選考の)合宿だけでも行ってみたい？」と妻が背中を押してくれた。ラグビーが大好きな長男と次男から「出てほしい」と言われたのも大きかったですね。合宿に参加してみたら、やっぱり自分もすごく楽しくなって(笑)。家族の後押しは、何より力をもたらえますよね。



レメキ選手と守谷市出身の福田選手  
※レメキ選手 Instagram より

**レ** 子どもたちは日本から応援してくれて、すごく盛り上がりがあったように感じ、帰ってきたら「パパ、まあまあだったね」と(笑)。あのキック、試合前の練習では10本蹴って1本も入っていないかったのに、本番では決めることができ嬉しかったです。  
**松** 私の孫もラグビーをやっていて、ラグビーが大好きなようです。それは将来が楽しみです！  
**レ** うちが小学生の長男と次男がやっています。我孫子市のチームに所属しているのですが、先日行われた大会では、守谷市のチーム「常総ジュニア」が優勝しました(笑)。  
**松** 守谷出身で「常総ジュニア」に所属していた福田健太さんも、日本代表としてデビューしましたね。  
**レ** 健太とは「守谷ボーイズ」と言って、写真を撮り合ったりして楽しかったです(笑)。



2024 新春対談

ラグビー日本代表

レメキ ロマノ

ラヴァ選手

守谷市 松丸修久市長

ラグビーワールドカップ2023フランス大会で、大活躍した守谷市在住のラグビー選手レメキ ロマノ ラに迎え、大会でのことや守谷市のこと、2024年への抱負などさまざまな話題について語り合いました。

本代表として大ヴァさんをゲスト



**レ** 松 守谷はお気に入り  
電車に乗ることも？  
試合のときは、つくばエクスプレスに乗って行くこともあります。

**レ** 松  
2021年から守谷市に住んでいます。公園や買い物する場所もたくさんあって、住みやすいですね。電車の駅や高速道路のインターが近いのもいいところ。子どもと一緒に、自転車できき台公園に行ったり、妻とカフェに行くこともあります。



※日本ラグビーデジタルミュージアムより

**レ** 松  
ワールドカップ出場は2回目でしたね？  
はい。でも、今回は代表選手としてプレーするか、実はかなり迷っていたんです。昨シーズンは所属しているNECグリーンロケッツ東葛で、全試合フル出場し、休息も十分に取れていない

**松丸市長(以下松)**  
ワールドカップでの活躍、大変お疲れ様でした。ご本人からの感想を聞かせてください。  
**レメキ選手(以下レ)**  
決勝トーナメントに進めなかったのは残念でしたが、チーム全員の仲が良く、個人的にはすごく楽しめました。



レメキ ロmano ラヴァ選手

Lemeki Lomano Lava

1989年生まれ、ニュージーランド出身。2016年リオ五輪で7人制ラグビーの日本代表エースとして活躍し、4位に。2019年、2023年とワールドカップに出場。NECグリーンロケッツ東葛に所属し、昨シーズンに続きキャプテンを務める。守谷市在住。

当日の様子は守谷市YouTubeチャンネルでも配信します！



**2024年の目標は？**  
 レ キャプテンを務めるグリーンロケッツで全勝すること。そして、夏に開催されるパリ五輪に7人制ラグビーの代表として挑戦することです。2016年のリオ五輪では4位だったので、今度はメダルを獲りたいと思っています。  
 松 さすが、大きな目標ですね！私もスマートICの新設やヤクルトスワローズファーム施設の進出など、守谷の未来のため、そして市民満足度ナンバーワンのまちを目指して尽力したいと思います。  
 これからもレメキ選手のご活躍をお祈りしています！



※日本ラグビーデジタルミュージアムより

**松**  
 グリーンロケッツのホームグラウンドが柏の葉公園総合競技場なので、守谷からだと電車の方が早くて便利なんです。私は守谷で育ちましたが、私の子どもの頃の守谷とは大きく変わりました。今の守谷はとても便利で、住みこちを評価していただいている街になりました。昔からの自然の美しさが共存しているのも魅力です。「守谷野鳥のみち」は、市民団体の皆さんにより手作業で整備・保全されている美しい場所です。ぜひ一度ご家族で歩いてみてくださいね。



今回の読者アンケートでは、レメキ選手からいただいたサイン色紙をプレゼントします！P.35をご確認ください。



一問一答

レメキ選手に

聞く！

トレーニングは毎日？

ほぼ毎日です。チームの練習が休みの日も、自宅やジムで鍛えています。

筋トレは好き？

大好きです。身長が178cmしかないから、誰にも負けたくなくて筋トレしています。肉類は魚と鶏肉だけ、一日2500kcalくらいにするようにしています。

次のワールドカップは？

4年後は38歳。38歳でフルバックの代表はあまりいないけど、チャンスがあれば(笑)。

市内でよく行く場所は？

寿司が好きだし、焼肉も行きます。家族は焼き肉、僕はサラダで(笑)。

負けず嫌い？

どんな代表、どんな選手にも絶対負けたくないです。

夢をかなえるには？

プランを描くことは必要だけど、周りから何と言われても、自分のやりたいことをやり通すことですかね。

ラグビー以外に好きなことは？

家の庭でやるBBQでしょうか。休みの日は家でトレーニングして子どもとゲーム。つまらない答えですかね(笑)。

ラグビーならではのトレーニングは？

タックルのやり方や立ち上がりなど、レスリングをよくやります。かなりきついです。

ラグビーのいいところは？

小さくても大きくても、それぞれの体に合ったポジションで、どんな体型でもできることです。

守谷の皆さんへ一言

守谷市の皆さん、応援ありがとうございます。これからもよろしくお願ひします！





今月の表紙

撮影では、いろいろなポーズに快く答えてくれたレメキ選手。「これが最後です!」と何度もしつこく撮っていると、「練習中のコーチみたいだね。ラストワン! (笑)」と言われてしまいました。

守谷市の情報はここから



※問合せ先のGはグループの略表記

C O N T E N T S

2 **特集** 2024新春対談  
レメキ選手×松丸市長

- 6 CONTENTS
- 7 令和5年秋の藍綬褒章／茨城県消防ポンプ操法競技大会 準優勝／環境動画コンクール 入賞者
- 8 守谷市議会議員一般選挙
- 9 広報もりや掲載広告募集
- 10 Morin 利用期限は2月29日(木)まで!!
- 11 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ／ラジオ体操・テレビ体操で健康づくり
- 12 水道水の断水および水圧低下／歯周疾患医療機関検診はお済ですか?／暮らしのコーナー
- 13 市民農園利用者募集／県民交通災害共済
- 14 産前産後期間の保険税が軽減されます!／交通事故などの第三者行為による被害の届出
- 15 国民健康保険に関するパブリックコメントを実施します／医療費を節約するためのポイント
- 16 新守谷駅周辺地区バリアフリー基本構想／20歳になったら国民年金
- 17 自動車税減免申請の市役所出張窓口／デマンド乗合交通／全国大会出場者紹介
- 18 第40回守谷ハーフマラソン交通規制
- 20 情報ひろば
- 24 守谷市美術作家展／Moriya Aloha Festival 2024／もりやミュージックフェスタ vol.6
- 25 みんなキラリと／ダイバーシティ講演会
- 26 子育てだより
- 27 図書館へ行こう
- 28 ARCUS／もりやのLUNCH TIME
- 29 市民活動サロン
- 30 Moriya's diary!
- 31 シルビアさんのイベント／大切なあ・し・た
- 32 もりやフォトニュース
- 34 もりや未来アスリート
- 35 もりんフォト／読者アンケート
- 36 もりやの技

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:水曜日除く)  
☎0297-74-5551  
・総合守谷第一病院(小児科:日・水曜日のみ)  
☎45-5111

人口と世帯数  
(2023年12月20日現在)

		前月比
世帯	30,198戸	(+17戸)
人口	70,641人	(+7人)
男	35,361人	(+3人)
女	35,280人	(+4人)
前年同月人口	70,396人	



## 令和5年秋の藍綬褒章

元守谷市民生委員・児童委員の村田昌さんが、長年にわたり社会福祉の推進に貢献された功績が認められ、藍綬褒章を受章されました。

村田さんは、民生委員・児童委員として、平成10年から令和4年まで24年間にわたり、地域福祉向上のためにご尽力されました。守谷市南地区民生委員・児童委員協議会会長や守谷市民生委員・児童委員連合協議会会長などを歴任され、このたびの受章となりました。心よりお祝い申し上げます。



左から村田さん、松丸市長



## 茨城県消防ポンプ操法競技大会 準優勝

### 県南南部支部大会優勝・県中央大会準優勝

守谷市消防団高野中隊（第8・9・10分団）が小型ポンプの部で出場しました。県南南部支部大会では守谷消防団として10年ぶりに優勝を果たし、上位大会である県中央大会では、守谷市消防団初の快挙となる準優勝に輝きました。出場選手をはじめとする消防団の皆さん、誠におめでとうございます。



ご応募ありがとうございました

## 環境動画コンクール 入賞者

入賞作品はこちらから



市内在住の小学5・6年生および中学生を対象に実施した「環境動画コンクール」。地球温暖化、大気汚染、緑地の減少などの環境問題に対する考えを動画で表現した素晴らしい作品の応募がありました。市ホームページから公式YouTubeで公開していますので、ぜひご覧ください。

小学生の部

最優秀賞

小磯陸さん（守谷小5年）  
「守谷市のごみ問題を考えよう」

優秀賞

川口裕聖さん（守谷小6年）  
「僕の環境問題」

佳作

井場優介さん（守谷小6年）  
「ゆっくり解説、環境問題」

中学生の部

最優秀賞

城戸康太さん（土浦第一高等学校附属中1年）  
「STOP 地球温暖化」



左から小磯さん、川口さん、井場さん、松丸市長、城戸さん

▶問合先 市役所生活環境課環境・廃棄物G 内線143

## 高齢の方・障がいのある方などへの投票のご案内



### 投票所に行ける方

#### ●物品の貸出

投票所では次のものを用意しています。利用をしたい方は投票所の係員に申し出てください。

- ・車いす
- ・シニアグラス
- ・すべり止めシート
- ・車いす用記載台
- ・点字器
- ・点字氏名等掲示
- ・筆談ボード ※
- ・カードルーペ ※
- ・文鎮 ※
- ※は期日前投票所のみ配備

#### ●車いすの介助など

各投票所には段差解消のスロープが設置されています。投票所内で車いすの介助など、サポートが必要な方は投票所の係員に申し出てください。

#### ●代理投票

病気やケガなどで投票用紙に文字を記入できない方のための制度です。希望する方は、投票所の係員に申し出てください。  
※代理投票は、期日前投票でも行うことができます。

#### ●点字投票

目の不自由な方は、点字で投票できます。希望する方は投票所の係員に申し出てください。

### 投票所に行けない方

#### ●郵便等による不在者投票

重度の障がいがあり投票所に行けない方は、自宅などで郵便による不在者投票をすることができます。この制度を利用できる方は、身体障がい者手帳か戦傷病者手帳を持っており一定の要件に該当する方または介護保険の要介護状態区分が「要介護5」の方です。なお、利用には、あらかじめ「郵便投票証明書」の交付が必要です。

#### ●指定病院等における不在者投票

都道府県の選挙管理委員会が指定している病院や施設等に入院・入所されている方で、投票日当日に投票所に行けない見込みの方は、その施設内で不在者投票をすることができます。希望する場合は、各種手続きに日数を要しますので、お早めに施設にお問い合わせください。

## 2月4日(日)投票日

あなたの大切な1票、ぜひ投票を!!

# 守谷市議会議員一般選挙

▶問合先 市選挙管理委員会 内線226、227 FAX 45-4590 ☒senkyo@city.moriya.ibaraki.jp



- ▶告示日 1月28日(日)
- ▶投票日 2月4日(日) 7:00~20:00
- ▶投票場所 各投票区の投票所
- ▶開票日時・場所 2月4日(日) 21:00~ 黒内小学校体育館



### 投票できる人は？

投票日に満18歳以上であり、守谷市の選挙人名簿に登録され、投票日当日まで有効に登録されている方

### 候補者の経歴や政見などの情報は？

候補者の経歴や政見などを掲載する「選挙公報」は、有権者に対する啓発・周知活動の一環として、市ホームページに掲載します。また、投票日の2日前までに新聞折込で配布するほか、守谷駅・各公共施設にも用意します。選挙公報の郵送を希望する方は、電話・メール・ファクスにより、送付先の住所・氏名・電話番号をお知らせください(市内に住所がある方のみ)。



### 投票日に投票所へ行けない場合は？

仕事や旅行などの理由で、投票日に投票ができない方のために、期日前投票制度があります。

期日前投票を行う場合は、あらかじめ投票所入場券の裏面の宣誓書に必要事項を記入の上、期日前投票所へお越しください。

- ▶期日前投票期間・投票時間 1月29日(月)~2月3日(土) 8:30~20:00
- ▶期日前投票所 市役所1階 中会議室
- ▶持参品 投票所入場券

※入場券が届いていない場合は、本人であることを確認できる証(マイナンバーカードなど)を持参してください。

### 投票に必要なものは？

投票所入場券は、一つの封筒に世帯全員分(最大6人分)が印刷されています。自分の入場券を持参してください。入場券を忘れたり、紛失した場合、また届いていない場合でも、投票できますので、各投票所の係員に申し出てください。その場合は、マイナンバーカードなどの本人確認ができる証を持参してください。

### 他の市区町村に滞在中で投票所に行けない場合は？

他の市区町村に滞在中の方は、滞在先で不在者投票を行うことができます。この制度を利用する場合は、各種手続きが必要となり、日数を要しますので、お早めに守谷市選挙管理委員会にお問い合わせください。

### 投票所変更のお知らせ

- [第3投票区] 変更前 ひかり幼稚園 (守谷市本町6017-4) → 変更後 愛宕中学校体育館 (守谷市本町4325-2)
- [第12投票区] 変更前 守谷中学校体育館 (守谷市百合ヶ丘2丁目2675) → 変更後 守谷中学校地域交流スペース (守谷市百合ヶ丘2丁目2675)
- [第16投票区] 変更前 郷州公民館 (守谷市みずぎ野5丁目3-3) → 変更後 郷州小学校コミュニティスペース (守谷市みずぎ野5丁目4-1)
- [下新田地区にお住いの方] 変更前 第2投票区 守谷小学校体育館 (守谷市本町858) → 変更後 第3投票区 愛宕中学校体育館 (守谷市本町4325-2)

## 令和6年度上半期分 広報 MoRiYA 掲載広告募集

- ▶掲載号 広報もりや2024年4月~9月号 (発行部数: 月約22,000部)
- ▶募集数 各月8枠(半枠の場合) ※超過の場合抽選
- ▶広告料 半枠(45mm×85mm) 1回15,000円  
全枠(45mm×175mm) 1回30,000円  
※広告料の振込手数料は広告主が負担
- ▶広告の内容 市ホームページに掲載している市広告掲載要綱・基準、広報もりやや広告掲載取扱要綱で規定(法令に違反するおそれがある広告などは掲載不可)
- ▶申込方法 要綱などを確認の上、2月20日(火)必着でメール、郵送、または窓口で申し込む  
※メールで提出する場合は、送信後に電話でご連絡ください。
- ▶申込・問合先 市役所秘書課 シティプロモーションG 内線323  
☒hisho@city.moriya.ibaraki.jp



←半枠



←全枠



# モリン Morin 利用期限は 2/29木 まで!!

「プレミアム付デジタル商品券」、「子育て王国わくわくポイント」の各事業で申請いただいた方に、守谷市デジタル地域通貨 Morin (モリン) を販売・付与しています。取得方法・利用方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



- ▶ 対象 令和5年12月15日までに事前申請をした方
- ▶ 金額 【プレミアム付デジタル商品券】  
1セット10,000円分のポイントを3,000円で販売 (1人1セットまで・1ポイント1円での利用が可能)  
【子育て王国わくわくポイント】  
10,000円分のポイントを付与 (1ポイント1円での利用が可能) ※お支払いはありません。
- ▶ 注意 決済アプリ「Morin」を正常にご利用いただくためには、対応のOSが必要となります。  
[スマートフォン対応のOS]  
iPhone : iOS 14以降、Android : Android 11以降  
※お使いのOSが対応OSであるか不明の場合は、ご利用の携帯電話会社へお問合せください。

### モリン Morin を利用するには？

- 対象店舗で購入時に決済アプリ「Morin」をひらく。
- レジ前にあるQRコードを読み取り、支払い金額分のポイントを入力
- 確認画面を店員に見せ「支払い」をタップし、決済音が鳴ったら買い物完了

ポイントの利用方法は市ホームページ掲載のマニュアルをご覧ください。

#### 〈モリン(ポイント)取得・利用について〉

- ・コールセンター[3月15日(金)まで]  
☎0120-112-868 平日、第2・第4日曜の9:00~17:00
- ・市役所1階サポート窓口[1月31日(水)まで] ※当日分整理券を配布しています。  
平日、第2・第4日曜の9:00~17:00

#### 〈事業内容について〉

プレミアム付デジタル商品券  
市役所経済課 商工観光G 内線268、269



子育て王国わくわくポイント  
市役所のびのび子育て課 内線561、562



問  
合  
先



## 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

※令和5年12月20日現在の情報です。



### 1月から接種予約の方法が一部変わりました

令和5年12月末をもって、守谷市コロナワクチン予約・相談センターを廃止しました。1月からの予約方法は下記の通りです。

- ▶**予約方法**
- ①WEB予約(24時間予約可能)
  - ②保健センター新型コロナウイルス接種担当(☎45-6546)に電話で予約  
初回接種の方は電話受付のみとなりますのでご注意ください。  
[初回接種とは?]5歳以上…1・2回目の接種 生後6カ月～4歳…1～3回目の接種  
[受付時間]8:30～17:15(平日のみ)

▶**キャンセル方法**

**[前日までのキャンセル]**

WEBまたは保健センター新型コロナウイルス接種担当に電話

**[当日のキャンセル]**

保健センター新型コロナウイルス接種担当に電話  
※当日分はWEBでキャンセルしないでください。  
※土・日曜日、祝日、閉庁後(17:15以降)は予約先の医療機関へ連絡してください。

▶**接種券について**

接種の予約をするには接種券が必要です。お手元に接種券がない方は発行申請をしてください。



▶**接種医療機関** ( )内は使用するワクチンの種類

**乳幼児(6カ月～4歳)**

(ファイザー社製)  
寺本こども赤ちゃんクリニック

**小児(5歳～11歳)**

(ファイザー社製)  
しばたキッズクリニック  
寺本こども赤ちゃんクリニック

**12歳以上**

総合守谷第一病院(ファイザー社製)  
守谷慶友病院(モデルナ社製)

※実施医療機関の追加・変更、その他お知らせは市ホームページに掲載します。

▶**実施期間** 令和6年3月31日(日)まで

▶**問合せ先** 保健センター 新型コロナウイルス接種担当 ☎45-6546または☎48-6000(音声案内1)

### 気軽にやってみよう!

## ラジオ体操・テレビ体操で健康づくり

おなじみのラジオ体操には、さまざまな関節を使い、全身の筋肉を無理なく使う動きが多く含まれています。日頃から運動習慣のある方も、毎日の生活に“ラジオ体操・テレビ体操”を取り入れて、健やかな毎日を過ごしましょう!

**ラジオ体操** 6:30～6:40(NHK ラジオ第1)

**テレビ体操** 6:25～6:35(NHK Eテレ)



続けることが大切です!

**ラジオ体操の  
効果**

- ・体内の年齢が実年齢より約20歳も若い
- ・若々しい血管で脳卒中や心臓病予防になる
- ・骨が丈夫で健康。骨粗鬆症予防に有効
- ・歩行能力などに優れ、転倒防止にも効果

出典:平成25年度簡易保険加入者協会委託調査「ラジオ体操の実施効果に関する調査研究」

ラジオ体操の正しい動きは、市ホームページから確認できます。



▶**問合せ先** 保健センター ☎48-6000(音声案内1)

ご協力をお願いします

## 水道水の断水および水圧低下

災害時などの停電に備え設置している、守谷配水場内の非常用発電設備の工事により、市内全域で、一時的に断水および水圧低下が発生します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします

- ▶日時 **〈断水〉** 2月14日(水) 午前2:00～午前2:30(予備日/2月15日(木))のうち10分程度  
**〈水圧低下〉** 2月19日(月) 午後1:30～午後2:30(予備日/2月21日(水))のうち数秒程度
- ▶問合せ 上下水道事務所 事業G ☎48-1842

40歳、50歳、60歳、70歳の方へ

## 歯周疾患医療機関検診はお済ですか？



1,000円で歯周疾患医療機関  
検診を受けられるのは  
3月31日(日)まで

歯周病は、悪化すると口のトラブルだけでなく、動脈硬化や糖尿病を悪化させるなど、全身にもさまざまな影響を及ぼします。かかりつけの歯科医がなく、これまで検診を受けたことがない方は、この機会に定期的な歯科検診を受けて、お口の健康を保ちましょう。

- ▶対象者 市内に住民登録のある40歳、50歳、60歳、70歳(年齢は令和6年3月末日時点)  
※対象者には令和5年4月に黄色い封筒で受診券を郵送しています。  
※現在歯を治療中の方は、対象になりません。
- ▶検診内容 問診、<sup>こうくう</sup>口腔内の確認、結果説明、保健指導 ※歯のレントゲン、歯石除去やクリーニングは実施しません。
- ▶受診期限 **3月31日(日)**
- ▶自己負担額 1,000円(受診期間内に1回のみ)  
※生活保護受給者は無料ですが、事前に免除券の発行が必要ですので、保健センターまでご連絡ください。
- ▶受診方法 医療機関に予約の上、市から郵送された受診券を持参して受診する  
※紛失した方、転入などでお手元がない方は保健センターへご連絡ください。
- ▶問合せ 保健センター ☎48-6000(音声案内1)



▲歯周疾患医療機関用封筒

## 暮らしのコーナー

若者に多いトラブル

### 遠隔操作アプリを悪用して 借金させる副業や投資の勧誘

#### 事例

スマートフォンで副業を検索し、上位に表示された事業者のサイトを開いてSNSを登録した。1,000円のガイドブックを購入して読んだが詳細が不明だった。無料の電話サポートを予約したところ事業者から電話があり、70万円のサポートプランを勧められた。「お金がない」というと、スマートフォンに遠隔操作アプリを入れるように指示され、画面を共有したまま貸金業者のアプリから借金を申し込んだ。副業の内容が理解できず解約を申し出たが、契約後の返金はできないと言われた。

#### アドバイス

- 「簡単に稼げる」という広告を信じないようにしましょう。また、副業内容や利益が出る仕組みがわからないまま、借金してまで契約するのは避けましょう。
- 遠隔操作アプリによって自分が望まない操作をされる恐れがありますので、安易にインストールするのは避けましょう。
- 不安に思った場合は消費生活センターに相談しましょう。

トラブルに  
あったら…

市消費生活センター ☎45-2327  
(市役所2階経済課内)  
月～金曜日9:00～12:00、13:00～16:00  
(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

消費者ホットライン ☎188(全国共通)  
9:00～17:00(年末年始を除く)  
消費者庁  
消費者ホットライン  
イメージキャラクター イヤヤン  
土曜・祝日は国民生活センター、  
日曜日は茨城県消費生活センターにご案内します。



畑で野菜や花を育ててみませんか？

# 市民農園利用者募集

土とふれあい、自分の手で収穫する野菜はおいしさもひとしお。土を耕すことから始まる農作業は、自然を相手にする楽しさを実感できます。

今年は農作業にチャレンジしてみませんか？

▶ 申込・問合せ先

市役所経済課 農業振興G

内線262、263 ☒ keizai@city.moriya.ibaraki.jp



市役所から  
徒歩2分！



土に親しむ農園

アクロスモール守谷から  
徒歩5分！



瓜代農園

	土に親しむ農園	瓜代農園
場所	立沢地内	高野地内
設備	駐車スペース、洗い場、農具	駐車スペース、洗い場、農機具(ミニ耕運機)、休憩施設、トイレ
申込区画	8区画(20㎡/1区画)、10区画(30㎡/1区画)、2区画(50㎡/1区画)計20区画 ※募集区画は、変動する場合があります。	20区画(30㎡/1区画) ※募集区画は、変動する場合があります。
利用期間	4月1日(月)～令和7年3月31日(月)	利用開始日～令和7年3月31日(月)
年間使用料	4,800円(20㎡/1区画)、7,200円(30㎡/1区画)、12,000円(50㎡/1区画)	12,300円(30㎡/1区画)
申込条件など	<申込できる区画数>1世帯1区画 ※既にご利用の方も申込可 <利用希望区画の決め方>市内に住民登録がある方、当園を利用していない方を優先し、超過の場合抽選 ※区画面積は指定できますが、区画場所の指定はできません。	<申込できる区画数>1区画～複数区画も可 <利用希望区画の決め方>先着順
申込方法	窓口または市ホームページから申し込む 	窓口または市ホームページから申し込む 
申込期間	1月11日(木)～2月15日(木)(窓口は平日のみ受付)	随時(利用開始を希望する日の1カ月前から受付)

2月1日(木)から受付開始

# 県民交通災害共済

▶ 申込期間 2月1日(木)～通年

▶ 共済期間 4月1日(月)～令和7年3月31日(月)

▶ 年会費 一般900円 中学生以下500円  
※9月30日(月)以降加入の場合は半額

▶ 申込方法 令和5年度の会員証、または必要事項を記入した県民交通災害共済申込書(各戸配布)を持参し、年会費を添えて窓口で申し込む

▶ 申込・問合せ先 市役所交通防災課 交通・防災G 内線139、149

県民交通災害共済は、少額の年会費で、交通事故に遭われた会員の方に見舞金を支払う、営利を目的としない会員相互の共済制度です。年齢や身体障がいによる加入制限などはなく、どなたでも加入できます。

令和6年度の共済に加入を希望する方は、お申し込みください。

出張受付も行います！

2月20日(火) 13:30～15:30 保健センター

2月21日(水) 9:30～11:30 文化会館

2月26日(月) 13:30～15:30 もりりん高野

国民健康保険の被保険者で、令和5年11月以降に出産した方・する予定の方へ

# 産前産後期間の保険税が軽減されます！

- ▶ **期間**
- ・出産予定日または出産月の前月から4カ月間
  - ・2人以上の赤ちゃんを同時に妊娠の場合は、出産予定日または出産月の3カ月前から6カ月間
- ※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます(死産、流産、早産を含む)。

	3カ月前	2カ月前	1カ月前	出産予定日 (出産日)	1カ月後	2カ月後	3カ月後
単胎							
多胎							

- ▶ **対象** 出産した方の、令和6年1月1日以降の所得割額と均等割額(賦課限度額に達している世帯は税額が変わらない場合あり)  
※ただし、制度の開始が令和6年1月1日のため開始前の期間は軽減対象外。
- ▶ **届出期間** 出産予定日の6カ月前から(出産後でも可)
- ▶ **届出方法** 届出書と添付書類を用意し、市役所の窓口または郵送で申し込む
- ▶ **添付書類**
- ①国民健康保険証
  - ②本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証・パスポート・在留カードなど)
  - ③委任状(本人および世帯主以外の方が申請する場合のみ)
  - ④マル福受給者証などの出産予定日がわかるもの
- ▶ **申請・問合せ先** 市役所国保年金課 国保・年金G 内線102、103 〒302-0198 守谷市大柏950-1

国民健康保険・後期高齢者医療に加入している方へ

# 交通事故などの第三者行為による被害の届出

国民健康保険や後期高齢者医療に加入している方が、第三者(自分以外の人)からケガなどを負わされ、その治療で保険証を使用する場合は、届出が義務付けられています。

本来、治療費は加害者が負担するべきものですが、一時的に保険者が立て替えて、後から加害者に治療費を請求します。加入している方は、必ずご連絡ください。

▶ **第三者行為とは**

- ・交通事故
  - ・他人のペットにかまれた
  - ・他人の落下物に当たった
  - ・傷害事件に巻き込まれた など
- ＼こんなときも届出を！／
- ・他者が運転する自動車に同乗して事故にあった
  - ・自損事故
  - ・相手が不明
  - ・自身の過失が大きい

▶ **届出方法**

- ①市役所国保年金課に電話などで連絡する
- ②必要な書類を用意する  
※事故状況によって必要な書類が異なります。
- ③必要事項を記入し、窓口へ提出する

▶ **保険証が使えない場合**

- ・通勤中や業務中のケガ(労災保険の対象)
- ・自己の故意による犯罪行為(飲酒運転・無免許運転など)
- ・けんかや泥酔によるケガ など



なぜ市への届出が必要なの？

届出がないと、本来加害者が負担する分の医療費を加害者へ請求できず、医療費の増加を招きます。その結果、加入者の保険税・料の増加にもつながってしまいます。

示談の前にご相談ください！

加害者との示談が成立すると、内容によっては、国民健康保険や後期高齢者医療が支払った医療費を、加害者に請求できなくなることがあります。治療が完了する前に示談してしまった場合、保険証が使えなくなる場合もありますので、示談をする前にご相談ください。

- ▶ **届出・問合せ先** 市役所国保年金課  
国保・年金G 内線 100、102～104  
後期・医療福祉G 内線107、108

# 国民健康保険に関する パブリックコメントを実施します



守谷市国民健康保険被保険者の、健康の保持・増進に関する計画(案)を作成しました。この計画に対する皆さんの意見を募集します。

- ▶ **計画名** 第3期守谷市国民健康保険データヘルス計画及び第4期守谷市国民健康保険特定健康診査等実施計画(案)
- ▶ **閲覧・配布場所** 市役所国保年金課・総務課・保健センター・文化会館 ※市ホームページでも閲覧できます。
- ▶ **閲覧・配布・意見提出期間** 1月10日(水)～2月9日(金) ※窓口での閲覧は、各施設の開庁時に限る
- ▶ **意見を提出できる方**
  - ①市内在住・在勤・在学の方
  - ②市内に事務所・事業所がある方および法人・団体
  - ③市に納税 義務がある方および法人・団体
- ▶ **意見の提出方法** 住所・氏名・電話番号を記入した意見書(様式自由)を郵送・ファクス・メール、または窓口で提出
- ▶ **提出・問合せ先** 市役所国保年金課 国保・年金G 内線106 ☎45-6525  
〒302-0198 守谷市大柏950番地の1 ✉kokuho1@city.moriya.ibaraki.jp

## 医療費の適正化にご協力をお願いします

# 医療費を節約するためのポイント



医療費は年々増加傾向にあり、みなさんの保険税(料)の増加につながります。医療機関などへのかかり方や薬との付き合い方を見直すことで、医療費の増加を抑えることができます。

### かかりつけ医があると安心!

日頃の皆さんの健康状態を知っている、かかりつけ医があると安心です。ちょっとした体調の変化にも気づきやすいため、病気の予防や早期発見、早期治療が可能になります。必要に応じて適切な医療機関を紹介してもらえます。



### お薬手帳を使いましょう

薬は多数服用することや飲み合わせによっては、副作用などの健康上の問題が生じることがあります。複数の医療機関や薬局を利用する場合などでも、お薬手帳は1冊にまとめ、既に処方されている薬を医師や薬剤師に正確に伝えましょう。

### ジェネリック医薬品(後発医薬品)を希望していますか?

ジェネリック医薬品とは、新薬の特許が切れた後に、他のメーカーが製造し、新薬との成分が同じであるとして、国が承認した医薬品のことです。

ジェネリック医薬品は安価であり、利用することで、医療費を節約できます。ジェネリック医薬品を希望する場合は、医師または薬剤師に相談してください。

※すべての薬に対し、ジェネリック医薬品が製造されているわけではなく、治療によっては適さない場合があります。



### 診療時間外は割増料金!?

時間外に受診すると、初診料や再診料に料金が加算されます。やむを得ない場合を除き、診療時間内(おおむね平日8:00～18:00)に受診するよう心掛けましょう。緊急ではないのに割増料金がかかる休日や夜間に受診することは、医療費の増加につながります。

#### 割増料金がかかる診療時間外の時間帯(目安)

	医療機関	保険薬局
平日	午前8時前 午後6時以降	午前8時前 午後7時以降
土曜	午前8時前 正午以降	午前8時前 午後1時以降
日曜、祝日、年末年始	全日	全日

### ▶ 問合せ先

市役所国保年金課 国保・年金G 内線106  
後期・医療福祉G 内線107

パブリックコメントを募集します

## 新守谷駅周辺地区バリアフリー基本構想



「新守谷駅周辺地区バリアフリー基本構想」の策定に当たり、皆様のご意見(パブリックコメント)を募集します。

- ▶**閲覧・配布場所** 市役所総務課・都市計画課、文化会館、保健センター ※市ホームページでも閲覧できます。
- ▶**閲覧・配布・意見提出期間** 1月10日(水)~2月9日(金) ※窓口での閲覧は、各施設の開庁時に限る
- ▶**意見を提出できる方**
  - ①市内在住・在勤・在学の方
  - ②市内に事務所・事業所がある方および法人・団体
  - ③市に納税義務がある方および法人・団体
- ▶**意見の提出方法** 住所・氏名・電話番号を記入した意見書(様式自由)を郵送・ファクス・メール、または窓口で提出
- ▶**提出・問合せ先** 市役所都市計画課 市街地計画G 内線243 ☎45-2804  
〒302-0198 守谷市大柏950番地の1 ✉toshikei@city.moriya.ibaraki.jp

あなたの未来に

## 20歳になったら国民年金

20歳到達時の  
国民年金の手続き



公的年金制度は、老後の暮らしをはじめ、病気やけがで障がいが残ったときや一家の働き手が亡くなったときに、みんなで暮らしを支え合うという社会保障の考え方で作られた仕組みです。

20歳以上60歳未満の日本国内にお住まいの方は、国民年金に加入し、保険料を納める義務があります。

**国民年金の加入に  
手続きが必要なの？**

手続きは不要です。日本年金機構から「納付書」とともに、「基礎年金番号通知書」「国民年金加入のお知らせ」などが、送付されます。

**国民年金のメリットは？**

- (1)「老齢基礎年金」が受け取れる一生涯の保障
- (2)老後だけでなく万が一のときの障害年金や遺族年金など、現役世代の保証も充実
- (3)納めた保険料の全額が社会保険料控除の対象として、所得から控除
- (4)基礎年金の半分は国(税金)から支払われる  
(保険料を未納のままにすると、年金を受け取れない場合があります)

**保険料が支払えない  
ときはどうするの？**

「学生納付特例制度」や「納付猶予・免除制度」があります。  
これらの制度の適用を受けるには申請が必要ですのでお問い合わせください。

### 令和5年中に年金を受け取った方へ 公的年金等の源泉徴収票は1月中旬以降に発送

「公的年金等の源泉徴収票」が1月中旬以降に日本年金機構から順次発送されます。

受給年金額や源泉徴収された所得税額、年金から特別徴収された保険料額などをお知らせするもので、確定申告の際に必要となります。

なお、障害年金や遺族年金は所得税が非課税のため源泉徴収票はありません。

※源泉徴収票の再交付は、ねんきんダイヤルをご利用ください。

- ▶**問合せ先** ・土浦年金事務所 ☎029-825-1170
- ・市役所国保年金課 国保年金G 内線105
- ・[源泉徴収票の再交付について]ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165

心身に障がいをお持ちの方へ

# 自動車税減免申請の市役所出張窓口



県では、申請により障害がある方の自動車税（環境性能割・種別割）を減免する制度を設けています。

減免申請は、県税事務所で年間を通じて受け付けていますが、市役所で出張窓口を開設します。

なお、通常よりもお待たせしてしまう可能性がありますので、必要書類などについては、事前に県税事務所までお問い合わせください。

- ▶日程 2月22日(木)、3月13日(水)
- ▶時間 10:00～15:00 (12:00～13:00を除く)
- ▶場所 市役所B棟 1階 会議室
- ▶対象 身体障がい者手帳、精神障がい者保健福祉手帳、療育手帳、戦傷病者手帳の交付を受けているの方のために使用する自動車で、障がい等級が一定の要件を満たし、障がい者の方ご本人もしくは障がい者の方と生計を一にする方が所有する自動車
- ▶問合先 ・土浦県税事務所 収税第一課 ☎029-822-7205  
・土浦県税事務所 自動車税分室 ☎029-842-7812

ルールを守って便利に利用！

# デマンド乗合交通



デマンド乗合交通のご利用に関して下記の点にご協力をお願いします。

### 積み降ろしはご自身で

シルバーカーや車いすなどの積み下ろしはご自身でお願いします。難しい場合は積み降ろしが可能な方との同乗をお願いします。

### 予約時間は守って

予約時間の少し前に乗降場所でお待ちください。利用者が非常に多いため、時間どおりに出発できるようご協力をお願いします。

### 手荷物のサイズ

手荷物は膝上もしくは足元に収まる量まで持込可能です。他の座席やトランクは一切使用できません。車いすなどはトランクに収納可能であればご利用できます。

▶問合先 市役所都市計画課 交通政策・景観G 内線244、247

守谷市民が大活躍!!

## 全国大会 出場者紹介

※学年は大会当時



### ハンドボール けやき台中学校

第52回全国中学校  
ハンドボール大会  
(8月20日～23日)

(前列・左から)

齋藤壮秀さん(3年)

森柊翔さん(3年)

田口瑛貴さん(3年)

海野原陽大さん(3年)

夷亀康介さん(3年)

なかほしかずさ

中橋一総さん(3年)

井上陽向さん(3年)

菊地健斗さん(3年)

中野琥汰さん(2年)

渡部真生さん(2年)

あんどうかい

安藤權さん(2年)

中山凌我さん(2年)

鈴木陽人さん(3年)

里見紘希さん(3年)

丸山照人さん(3年)



陸上(共通男子200m)

谷雅さん

(守谷中学校3年)

第50回全日本中学校  
陸上競技選手権大会  
(8月22日・23日)

## 交通規制

2月11日(日)、「第40回守谷ハーフマラソン」が開催されます。当日は交通規制を実施します。大変ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

▶主催 守谷市ハーフマラソン実行委員会 ▶問合せ先 市役所生涯学習課内「守谷ハーフマラソン事務局」 内線540

### 守谷ハーフマラソン開催に伴う時間変更

#### 公共施設

- 市役所総合窓口開庁時間 14:00～17:15
- 中央図書館開館時間 14:00～19:00

#### バス

- モコバス運休  
市役所・板戸井ルート 始発～11:30守谷駅到着まで(第3便まで)
- 路線バス「守谷駅西口～美園循環」迂回運行  
・守谷駅西口発 9:25～12:20 ※迂回運行中、「天神～けやき台六丁目」のバス停を休止。
- 路線バス「守谷駅西口～新守谷駅」迂回運行  
・守谷駅西口発 8:55～12:20 ・新守谷駅発 8:45～12:20  
※迂回運行中、「岩町東～公営住宅前」のバス停を休止。 ※「研修センター入口、鬼久保」のバス停(新守谷駅行きのみ)を休止。
- 路線バス「守谷駅東口～取手駅西口」迂回運行  
・守谷駅東口発 10:00～12:00 ・取手駅西口発 9:40～11:00  
※迂回運行中、「ひがし野二丁目～さくらんぼ公園前」のバス停を休止。
- バスに関する問合せ先 ・関東鉄道(株) 守谷営業所 ☎44-7190  
・市役所都市計画課 交通政策・景観G 内線247



#### 規制道路

①	市道 2858 号線(水道事務所前～守谷市役所～守谷市役所入口)	車両通行止 9:10～12:40
②	県道野田・牛久線(守谷中央通り)(野目里塚～常総運動公園入口)	車両通行止 9:10～12:40
③	県道取手・豊岡線(立沢～野木崎郵便局)	車両通行止 9:10～12:40
④	市道 101 号線(常総ふれあい道路)(守谷市役所入口～天神)	車両通行止 9:50～12:10 ※ : : : : : は、ランナー通過後解除
⑤	市道 109 号線、市道 2245 号線、市道 2092 号線(立沢橋南～市営住宅入口)	車両通行止 9:50～10:45
⑥	市道 102 号線(新守谷大通り)(市営住宅入口～板戸井T字路)	車線規制 10:00～10:50
⑦	県道取手・豊岡線(板戸井T字路～常総運動公園入口)	矢印方向車両通行止 10:00～11:00
⑧	県道野田・牛久線(野木崎郵便局～大柏)	車両通行止 10:00～12:10
⑨	県道野田・牛久線(都市軸道路): つくば方面(大柏～つくばみらい市青木)	車両通行止 10:00～12:10
⑩	県道野田・牛久線(都市軸道路): 守谷SA方面(つくばみらい市青木～大柏)	車両通行止 10:00～12:10



有料広告スペース  
(WEB版では広告を掲載していません)

有料広告スペース  
(WEB版では広告を掲載していません)

# 情報 ひろば

INFORMATION

## イベント

### 第19回守谷市地区対抗ゴルフ大会

- 日** 3月18日(月)  
**場** 水海道ゴルフクラブ  
(常総市坂手町5213)  
**対** 市内在住の方  
**定** 120人 ※各地区ごとに選考会  
**内** ・小学校学区別で9地区(10チーム)によるチーム対抗戦  
・1チーム12人(チーム内に女性2人以上登録)  
**料** 3,000円(プレー費は各自精算)  
**申** 1月31日(水)必着ではがきに住所・氏名・生年月日・連絡先を記入し、郵送で事務局に申し込む  
**問** 市役所生涯学習課内  
「市スポーツ協会ゴルフ部」事務局  
内線275

### 野鳥観察会

- 日** 1月27日(土) 9:00~12:00  
※小雨決行  
**場** 小さな鳥の資料館前  
**内** オオタカとハイタカ  
**講** 池田昇氏(小さな鳥の資料館館長)  
**定** 先着10人程度  
**主** 市観光協会、守谷野鳥のみち自然園  
**持** 双眼鏡、運動靴など  
**申** 1月22日(月)~26日(金)に電話で申し込む  
**問** 池田 ☎090-1465-8177

### 第21回 ねっこ守谷運動会

かけっこや年齢ごとの競技など、親子で思いっきり体を動かし楽しみましょう!

- 日** 2月17日(土)  
9:00~受付/9:30~12:00  
**場** 常総運動公園 総合体育館  
**対** 未就学児の親子(守谷市近隣在住、ねんねやよちよち歩きのお子さんも可)  
**定** 約150組  
**持** 外靴を入れる袋・敷物(ビニールシート・座布団・マットなど)・防寒対策できるもの・飲み物  
**備** ・SNSに当日の様子がアップされますので、ご了承ください。  
・詳細は予約システムをご確認ください。  
**申** 下記QRコードの予約システムより申し込む  
**問** まつやま保育園子育て支援センター  
「ねっこ守谷」  
☎45-8828

### 筋トレ&ストレッチ

- もりりん高野** 1月22日(月)  
13:00~13:30受付/先着20人  
**もりりん北守谷** 1月30日(火)  
13:00~13:30受付/先着20人  
**もりりん中央** 2月5日(月)・16日(金)  
13:00~13:30受付/先着16人  
**持** 飲み物、タオル、ストレッチマット(ある方)  
**服** 運動のできる服装  
**申** 各会場とも当日受付  
定員になり次第開始(45分間)  
**問** もりりん中央 ☎48-6731

### キ・ターレ シアター上映会 「ママをやめてもいいですか!?!」

子育てに奮闘するすべてのママへ送る、笑って泣ける共感度2000%の子育てエンターテインメント映画会、ぜひご鑑賞ください。

- 日** 2月4日(日)  
10:15開場/10:30~12:00上映  
**内** [監督][うまれる]シリーズの豪田トモ、[ナレーション]大泉洋  
**定** 先着順70人  
**申** 1月24日(水)9:00~QRコードで申し込む  
**場** ・問 北守谷児童センター  
(キ・ターレ) ☎45-2278



## 講座・講演会

### EM英会話 MECC(英会話)

- 英会話を学んでみませんか?  
**日** 1月18日(木)、2月1日(木)・15日(木)  
15:00~16:00  
(全3回のうち1回のみ参加)  
**場** もりりん高野 集会室1  
**対** 市内在住の方  
**持** 筆記用具  
**問** MECC 田淵廣美 ☎45-1993

有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載しておりません)



### 第87回外国人のための ボランティア日本語講座

日本の生活に早く慣れたい、日本語が上手になりたいという外国人の皆さんのために、日本語講座を開きます。お茶の時間を交えながら、楽しく日本語を学びませんか。また、講師の方も募集中です。

- 日【水曜夜間講座】  
1月10日～3月13日 毎週水曜日  
19:30～21:00(全10回)
- 日【金曜昼間講座】  
1月12日～3月22日 毎週金曜日  
13:00～14:30(全10回)
- 場 国際交流研修センター  
(ログハウス)
- 対 市内または近郊に在住・在勤の外国人の方
- 定【水曜夜間講座】20人まで  
(対面形式15人・ZOOM形式5人)  
【金曜昼間講座】対面形式10人まで
- 申 メールで申し込む
- 問・市民協働推進課 協働推進G  
内線135  
・守谷市国際交流協会  
☎nihongo@mifa.info



### 茶道一日講座

- 新年を迎えて一歩踏み出しませんか。
- 日 1月24日(水) 10:00～12:00
- 場 もりりん中央 2階和室
- 対 市内在住・在学・在勤の方
- 定 先着15人
- 料 500円(お茶・お菓子代)
- 申 1月21日(日)までに電話で申し込む
- 問 文化協会茶道部会 竹村  
☎45-4603

### サッカー講座2月・3月コース

- Jリーグチームでの指導経験のあるコーチと一緒に、サッカーを体験してみませんか。女子も大歓迎です。
- 日 2月17日～3月30日の毎週土曜日  
(計7回実施予定)
- 【Aコース】13:00～13:50  
【Bコース】14:00～14:50  
※雨天時中止(当日キ・ターレホームページで確認)
- 講 平野亮輔氏(日本サッカー協会・FA Level 1サッカー協会公認指導者)
- 対 平成29・30年度生まれ(年中、年長)の児童の親子
- 定 各コース先着15組
- 料 1回参加ごとに500円 ※当日集金
- 持 運動靴、飲み物
- 服 動きやすい服装
- 備 保護者は必ず送迎をし、見学または館内待機
- 申 1月24日(水)9:00～電話で申し込む
- 場・問 北守谷児童センター(キ・ターレ)  
☎45-2278



### 高齢者向けスマホ教室

- 日 2月6日(火)・29日(木)
- [午前の部] 10:00～12:40  
[午後の部] 13:30～16:10  
※午前か午後いずれかの部でも可
- 場 もりりん高野 集会室1
- 内 [午前の部] 電源の入れ方、ボタン操作の仕方、電話のかけ方、カメラの使い方、インターネット・地図アプリの利用方法  
[午後の部] アプリのインストール方法、SNSの使い方、全国版救急受信アプリ(Q助)の利用方法
- 講 株式会社ニチコム職員
- 対 60歳以上の方
- 定 各日先着12人
- 備 スマートフォンの貸出あり
- 申 1月17日(水)～31日(水)(土・日曜、祝日除く)に電話または窓口で申し込む
- 問 市役所健康長寿課 長寿支援G  
内線172

### スペシャルティコーヒーの淹れ方

- 日 2月26日(月) 13:00～15:00
- 場 もりりん北守谷
- 講 渡部光子氏(Knot COFFEE)
- 対 18歳以上
- 定 8人 ※超過の場合抽選
- 内 スペシャルティコーヒーについて学び、おいしく淹れる
- 料 2,500円(お土産付き)
- 持 キッチンタイマー(携帯アプリ可)・ドリップポット(ある方)・筆記用具
- 申 2月9日(金)12:00までにQRコードまたはもりりん中央窓口へ官製はがきを持参し申し込む
- 問 もりりん中央  
☎48-6731



有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載していません)

## マイナンバーカードを使って 自宅からe-Taxで確定申告！

確定申告には、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」のe-Taxが便利です。確定申告期間中、24時間いつでも会場に出向かずに申告できます。さらにe-Taxで還付申告をすると、書面での申告より早く還付されます。詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

☎ 国税相談専用ダイヤル  
☎ 0570-00-5901

(平日8:30~17:00、土・日  
曜、祝日、12月29日~1月3日  
を除く)



## 預けて安心！ 法務局における 自筆証書遺言書保管制度

自筆証書遺言書保管制度を利用して、自筆で書いた遺言書を法務局に保管すれば、大切な遺言書の紛失や改ざんなどを防止できます。詳しくは、水戸地方法務局ホームページをご覧ください。

☎ 水戸地方法務局  
龍ヶ崎支局総務係  
☎ 0297-62-0225



## つくば献血ルームが 移転・オープンします

3月1日(金)オープン予定です。落ち着いた空間で、より快適に献血にご協力いただけます。皆さんのお越しをお待ちしております。

☎ 関

つくば献血ルーム  
(つくば市吾妻1丁目7-1  
トナリエつくばスクエア  
クレオ4F)

☎ 029-852-7888



## 守谷おもちゃ病院

子どものおもちゃを修理します。

☎ 2月7日(水) 10:00~12:00

※事前または当日に直したいおもちゃを持参

☎ 対 市内在住家庭の子ども用おもちゃ

☎ 備 【取り扱えないもの】一般家電・エアガン・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

☎ 場・関 もりりん中央 ☎ 48-6731

## その他

### 認知症の方の家族のつどい

家族だからこそその悩みや不安を一人で抱え込まず、話してみませんか。

☎ 2月20日(火) 14:00~15:30

☎ 場 中央図書館 集会室2 定 10人程度

☎ 対 市内在住の認知症の方の家族

☎ 申 2月16日(金)までに、電話またはメール(住所・氏名・連絡先を記入)で申し込む

☎ 関 市役所健幸長寿課  
地域ケア推進G 内線174、175

☎ 関 kenkou@city.moriya.ibaraki.jp

### 就学援助制度(入学準備金)

令和6年4月に守谷市立小・中学校へ入学するお子様の保護者で、就学援助の準要保護要件(生活保護に準ずる程度に困窮している)に該当する方に入学準備金を支給します。支給額は小学生が54,060円、中学生が63,000円です(3月に口座へ振り込み)。

※既に準要保護の認定を受けている方は申請不要です。

☎ 申 1月15日(月)~31日(水)窓口または郵送で申し込む

※申込方法など詳しくは市ホームページまたはお問い合わせください。

☎ 関 市役所学校教育課

教育総務G 内線284



### 令和5年度 第2回里親制度説明会

☎ 2月3日(土) 10:00~12:30

☎ 場 つくば同仁会子どもセンター

(〒300-1245 つくば市高崎802-1)

☎ 内 里親制度の説明、里親さんの体験談

☎ 対 里親制度に関心のある方

☎ 定 先着30人

☎ 備 参加方法は、会場参加、動画視聴参加(後日、YouTubeチャンネルにて期間限定公開)があります。

☎ 申 QRコード、電話またはメールで申し込む

☎ 関 さくらの森乳児院 増子洋一

☎ 080-8434-3329

☎ 関 fostercare.kidskoh  
oo@doujinkai.or.jp



## 男性のための料理教室

健康に過ごすためには、「バランスの良い食事」が大切です！健康な体を作るための「食」について学び、自分のため、家族のために料理を作ってみませんか？初心者の方も大歓迎です。

☎ 2月17日(土)、18日(日) ※どちらか1日  
10:00~13:00

☎ 内 講話「バランスの良い食事、野菜摂取」  
実習「野菜たっぷり！和食献立」

☎ 講 市食生活改善推進員 料 500円

☎ 対 市内在住の20歳以上の男性

☎ 持 エプロン、三角巾、手拭きタオル、飲み物

☎ 申 2月2日(金)までにQRコードから申し込む

☎ 場・関 市食生活改善推進員協議会  
事務局(保健センター)

☎ 048-6000(音声案内1)



## 募集

### 教職員募集(小学校:理科)

小学校高学年の理科を担当する任期付教職員を募集します(市費負担教職員)。

☎ 関 (採用人数)1人

(任期)令和6年4月1日~令和7年3月31日

(給与)本市の規定に基づき、教職員経験年数を考慮し決定

※その他、期末・勤勉手当、通勤手当など

(職務内容)指導教科の学習指導、市が重点的に取り組む研修および研修活動など

(必要書類)志願書、自己推薦書兼面接シートなど(教育指導課窓口または市ホームページから取得)

(選考・採用)書類審査、面接審査後、2月下旬に決定

☎ 対 小学校教諭免許状(専修、一種、二種)または中学校教諭免許状(専修、一種、二種)を所有している方

☎ 申 1月31日(水)までに必要書類を郵送、または窓口を持参し申し込む

☎ 関 市役所教育指導課  
内線291~293





2月 各種相談

法律相談

日 毎月第1・3木曜日 13:00~16:00  
 場 文化会館 ※要予約(平日のみ)  
 問 人権推進課 ☎48-7911   
 予約状況は市ホームページ  
 でご確認ください。

行政相談

日 13日(火)13:00~15:00 場 文化会館  
 問 人権推進課 ☎48-7911

職業相談

日 21日(水)9:30~11:30 場 文化会館  
 問 人権推進課 ☎48-7911

人権相談

日 9日(金)13:30~15:30 場 文化会館  
 問 人権推進課 ☎48-7911

若者就労支援相談

日 24日(土) 13:00~17:00  
 場 もりりん中央  
 問 3日前までに要予約  
 いばらき県南若者サポステ  
 ☎029-893-3380  
 ✉info@saposute-tsukuba.jp

こころの健康相談

日 8日(木) 13:30~15:30  
 場 保健センター  
 問 1週間前までに要予約 ☎48-6000  
 (音声案内1)

教育相談・不登校相談

日 月~金曜日 9:00~16:30  
 ※祝日・年末年始除く  
 場 総合教育支援センター  
 (もりや学びの里内)  
 問 ☎0120-78-3018  
 ※固定電話のみ通話可 ☎46-2341

家庭児童相談

日 月~金曜日 8:30~17:15  
 ※祝日・年末年始除く  
 場 家庭児童相談室(市民交流プラザ内)  
 問 ☎45-2314

年金・労務相談

日 19日(月) 14:00~16:00  
 場 いきいきプラザ・げんき館  
 (社会福祉協議会)  
 問 相談日前週の金曜日までに要予約  
 ☎45-0088

電話相談

日 金曜日 10:00~15:00  
 場 いきいきプラザ・げんき館  
 (社会福祉協議会)  
 問 ☎48-5555

ひきこもり・不登校の  
家族グループ

日頃、悩んでいることや感じていること  
 をお話しに来ませんか?  
 グループ内で話したことは、外部にも  
 れることはありませんので、ご安心く  
 ださい。同じ体験をしているご家族の  
 お話、さまざまな対応を聞くことがで  
 きます。茨城県ひきこもり相談支援セ  
 ンターの公認心理師などがグループに  
 入ります。

日 2月28日(水) 14:00~16:00  
 (途中の入退室可)

対 ひきこもり・不登校の方の家族  
 申 電話またはメール(住所・氏名・連絡  
 先を記入)で申し込む  
 場・問 保健センター ☎48-6000  
 (音声案内1)   
 ✉hoken@city.mo  
 riya.ibaraki.jp

茨城県行政書士会 無料相談会

日 令和6年2月10日(土)  
 13:00~16:00  
 場 もりりん中央  
 内 相続・遺言・会社設立・許可申請・農  
 地転用・ビザ・公正証書・後見・離婚  
 協議など ※予約不要  
 問 茨城県行政書士会 県南支部  
 ☎48-5349

運転免許を返納した方への  
支援内容が変更になりました

2月1日(木)から、自動車運転免許の全部  
 を返納した方には、モコバスとデマンド  
 乗合交通の共通利用券を配布します。

対 [支援内容]

モコバス・デマンド乗合交通共通利  
 用券、100円券・200円券を各35枚  
 ※100円券複数枚での利用及び現  
 金との併用も可能です。  
 ※申し込みの際は、警察で返納手続  
 き後に警察が交付する「申請によ  
 る運転免許の取消通知書」、[運転  
 経歴証明書]または自動車安全運  
 転センターが交付する「運転免許  
 経歴証明書」が必要です。

問 市役所都市計画課  
 交通政策・景観G 内線244・247

大切な人を亡くした方の集い  
(グリーンケア)

大切な家族を亡くした方が、心の痛み  
 や悲しみを分かち合う集いです。

日 1月30日(火) 13:30~15:30

場 もりりん中央

定 20人程度

対 市内在住の方

問 NPO法人とうかつ生と死を考える会  
 世話人 星野幸子  
 ☎0120-910-171  
 ✉shoshino1963@gmail.com

第21回 もりりん北守谷地域ふれあいまつり

▶会場・問合先 もりりん北守谷 ☎47-0111

※駐車場には限りがありますので、徒歩・自転車などでご来館ください。

作品展示

▶日時 2月19日(月)~25日(日)  
 9:00~17:00  
 (最終日は15:00まで)  
 ▶内容 写真、絵画、絵手紙、書道

舞台発表

▶日時 2月24日(土)・25日(日)  
 10:00~15:00  
 ▶内容 もりりん北守谷定期使用サークルによる音楽・踊り・スポーツなどの発表

模擬店

▶日時・内容 ・2月24日(土) お茶席、中華まん、豚汁、コーヒー、ビーズ作品  
 ・2月25日(日) 蕎麦打ち体験と試食(10:00~13:00)

▶対象 小学生4~6年生と保護者、大人のみ可

▶定員 6組 ※超過の場合抽選 ▶参加費 2,000円(当日集金)

▶申込方法 1月31日(水)までに後藤心一(☎48-1171)まで  
 申し込む



第39回

# 守谷市美術作家展

守谷市を拠点にしている美術作家の作品が集います。さまざまな作品展での入選経験を持つ素晴らしい作家の皆さんの作品をぜひ、ご覧ください。

- ▶日時 2月17日(土)～25日(日) 9:30～17:00(入館は30分前まで)
- ▶場所 市民交流プラザ 市民ギャラリー
- ▶出品部門 日本画・洋画・版画・彫塑・工芸・書・写真
- ▶料金 無料
- ▶問合せ 市役所生涯学習課 生涯学習G 内線277



## 出演・出店者募集! Moriya ALOHA Festival 2024

守谷がハワイになる! 全ての人を楽しめて笑顔になる、そしてハワイ、守谷をさらに好きになるイベントです。ランチパーク守谷の広大な芝生広場で、皆さんと最高の時間を共有しませんか? ハワイが好きな方はもちろん、老若男女に楽しんでいただけるイベント「Moriya ALOHA Festival2024」が開催決定。出演者・出店者を募集します。出店料など詳しくはQRコードの要項をご確認ください。

- ▶日時 4月28日(日) 10:00～16:00 ※荒天の場合中止
- ▶場所 ブランチパーク守谷 芝生広場
- ▶対象 市内在住、在勤の個人・団体、市内・近隣市区町村の団体や事業者
- ▶定員 ステージ:10団体 キッチンカー:10台 飲食・物販:30団体 (応募状況により変更する場合があります)
- ▶申込方法 2月21日(水)までにQR (<https://x.gd/nSUoB>)コードから申し込む
- ▶問合せ Moriya ALOHA Festival 実行委員会  
✉ alohafesmoriya@gmail.com



## もりやミュージックフェスタ vol.6

音楽で一日を楽しみましょう! 今回は、さまざまな音楽ジャンルから小・中・高校生が集います。手作り楽器コーナーや楽器体験コーナー、キッチンカーも登場します。入場無料です。

- ▶日時 2月12日(月・祝) 11:00～17:00
- ▶場所 もりりん中央 ホール
- ▶参加者
  - ・けやき台中学校吹奏楽部
  - ・藤代高校軽音楽部
  - ・No Limit (守谷高校)
  - ・天狼星 (江戸学園取手高校、下妻第一高校合同バンド)
  - ・たまごさんど (守谷高校)
  - ・愛国学園大学附属龍ヶ崎高校軽音楽部
  - ・HAMONES (水海道第一高校)
  - ・守谷少年少女合唱団
  - ・ところてん (水海道第一高校)
  - ・Miyu (大野小学校)
  - ・Glitter Polaris
- ▶共催 南・北児童センター、中央公民館、STUDIO OZ、守谷市
- ▶申込・問合せ 市民交流プラザ内北守谷児童センター ☎45-2278



# みんなキラリと

市では、誰もが自分らしく暮らすことのできるまち「ダイバーシティもりや」の実現を目指し、さまざまな多様性を自分ごととして見つめてもらうため、毎回異なるテーマをご紹介します。



## vol.10 Ally【アライ】

Ally(アライ)とは、同盟・支援・味方を意味する英単語ですが、そこから転じて、「LGBT当事者に共感し、寄り添い支援する人のこと」を指すようになりました。最近では、LGBTだけでなく障がいを持っている人や外国人といったマイノリティへの支援を示す言葉として用いられるようになってきました。

日常生活において、自分の周りにいる人がLGBTであるか分からないのと同じように、当事者もLGBTであることを理解してくれる人が周りにかかるかどうか分かりません。アライであることを表明することは、そんな方たちの心強い味方となり、お互いの理解につながります。

力にはなりたくないけど、アライであることを表明するのはハードルが高いと感じる場合は、普段のちょっとした行いからでも示すことが可能です。以下がその一例となります。

### 【言葉遣い】

- ・息子さん/娘さんではなく、お子さんと呼ぶ
- ・彼氏/彼女ではなく、恋人/パートナーと呼ぶ
- ・レズやホモといった言葉を使わない ※蔑称にあたります(それぞれレズビアン、ゲイと呼ぶのが正しい呼び方です)

### 【振る舞い】

- ・話を振られても、乗らない
- ・自分の周囲には当事者がいるということをいつも意識する
- ・LGBTだと思う人がいても、セクシュアリティについて聞かない

現状では、「男性らしい○○」「女性らしい○○」といった、性別に関する表現が当たり前で用いられています。その一方で、「自分は人と違うから」と悩んだり、「本当の自分を明かした時どうなるのだろう」と不安を感じたり、そういった表現に息苦しさを覚える当事者が多くいるのもまた事実です。

あなたの何気ない一言や振る舞いで救われる誰かがいます。自分ができることから、社会を変えるきっかけづくりをしてみませんか。

▶問合先 市役所人権推進課(文化会館) 人権推進G ☎48-7911

NEXT ▶ vol.11 イクイティとビロギンク

## ダイバーシティ講演会

元テレビ東京アナウンサーの茅原ますみさんを講師に迎え、パートナーである元フジテレビアナウンサーの笠井信輔さんとの育児経験を通して感じたことや家庭と仕事の両立などについて講演いただきます。

オンラインまたは会場での動画配信形式による開催ですので、ご自身のスケジュールに合わせての受講ができます。興味のある方はぜひお申し込みください!



茅原ますみ氏

### ▶日程・場所・時間

[オンライン受講]申し込みの際に記載したメールアドレス宛てに届く URL から、2月5日(月)~16日(金)に受講する

[会場での受講]希望する会場を申し込む ※超過の場合抽選

日程	時間	定員	場所
2月7日(水)	10:30~11:30、13:30~14:30 (2回上映)	60人	文化会館 会議室
2月8日(木)	13:30~14:30	36人	もりりん中央 視聴覚室
2月13日(火)	13:00~14:00	36人	もりりん高野 集会室1
2月15日(木)	13:30~14:30	24人	もりりん北守谷 会議室1

▶対象 市内在住の方 ▶料金 無料

▶申込方法 1月24日(水)までにQRコード(☞[https://apply.e-tumo.jp/city-moriya-ibaraki-u/offer/offerList\\_detail?tempSeq=49059](https://apply.e-tumo.jp/city-moriya-ibaraki-u/offer/offerList_detail?tempSeq=49059))から申し込む

▶問合先 市役所人権推進課(文化会館) 人権推進G ☎48-7911





## 2月のピックアップ講座 ★は要予約



**ミ・ナーデ** (南守谷児童センター)

☎21-1224



講座名 **ミ・ナーデバザー**

マタニティ用品、子ども用の衣服、玩具、絵本など不用になったものをご提供頂き、バザーを行います。



講座名 **おとうさんとっしょ★**

工作やクッキング、レクリエーションゲームなど、お父さんと一緒に楽しい時間を過ごしましょう！



講座名 **成長記録会★**

毎月実施の講座です。身長・体重測定・足形or手形スタンプをとることができます。成長の記念にいかがですか？



**キ・ターレ**  
(北守谷児童センター)

☎45-2278

講座名 ・キ・ターレシアター「ママをやめてもいいですか!」上映会★  
・たの★スポきっず



**ねっこ守谷**  
(まつやま保育園子育て支援センター)

☎45-8828

講座名 ・親子クッキング(百合ヶ丘保育園)★  
・まつやまプレイルーム(守谷中央図書館)



**エ・ガオ**  
(守谷駅前親子ふれあいルーム)

☎21-4545

講座名 ・リーフスポーツ運動教室★  
・年齢別講座★



**soramai KIDS**  
(そらまい守谷保育園子育て支援センター)

☎45-7255

講座名 ・親子ヨガ講座(8組)★  
・リトミック講座(10組)★



**ちきんえぐ**  
(守谷どろんこ保育園子育て支援センター)

☎44-9028

講座名 ・寺親屋「風邪に負けない体をつくるには」  
・自然食堂「ひな祭り押し寿司」★



**夢っ子ひろば**  
(地域子育て支援センター)

☎45-2462

講座名 ・パパとお子さんの親子クッキング★  
・初めましてようこそ夢っ子へ★

## 子育て コラム

### オススメの絵本を紹介

『でんしゃがどおりまーす!』  
オームラ トモコ著/世界文化社

この絵本には、たくさんの生き物たちが登場します。ペラペラとページをめくって見ただけでワクワクしてきますよ。電車が好きな子にはもちろん、鳥や動物や虫、海の生き物が好きな子にもオススメです。

あらすじを少しだけ紹介します。「ゆうくん」という主人公の少年にだけ、車掌さんのアナウンスが聞こえたり、いろいろな生き物たちが見えたりと次々に不思議なことが起こります。まるで子どもの頃にもっていた空想の世界へ引きずり込まれたような感覚です。決して現実ではないけれど、どこか懐かしいようなキラキラと輝いた世界観に大人も魅了されることでしょう。

一緒に絵本を見ている時間が親子での素敵な触れ合いやコミュニケーションの時間になるといいですね。自ら絵本を選んで静かに集中して読んでくれるお気に入りの一冊になるかもしれません。最後のページは観音開きになっており、迫力満点です。ぜひ一度手にとってみてはいかがでしょうか。





# 図書館へ行こう

図書館  
ホームページ



おはなし会  
スケジュール



## ▶申込・問合せ

守谷中央図書館 ☎ 45-1000 ☎ 45-7500  
🌐 <https://www.city.moriya.ibaraki.jp/tanoshimu/library/>

中央図書館	2月5日📅
各公民館図書室	2月5日📅、14日📅

## 📖 おはなしボランティア養成講座

読み聞かせボランティアに参加したい方、絵本の読み聞かせに挑戦したい方を募集します。3月末には、受講した方の発表会を開催予定です。

- ▶日時 【第1回】1月28日(日)13:00~15:30  
【第2回】2月18日(日)13:00~15:30  
【第3回】2月25日(日)13:00~15:30

▶講師 和久田み晴氏  
(声優・ナレーターとして、アニメ・テレビなどで活躍)

- ▶場所 中央図書館 3階 集会室1
- ▶対象 ボランティア活動を希望し、講座の全日程に参加可能な方
- ▶定員 先着10人

▶発表会 3月25日(月)~31日(日)のうち1日

▶申込方法 1月17日(水)11:00~図書館ホームページまたは電話で申し込む



## 📖 布絵本ボランティア講座

布絵本作成の基本を学び、小さな布のしおりを仕上げしてお持ち帰りいただけます。

講座終了後、ボランティアグループ「布玉手箱」で布絵本作りをしてみたい方をお待ちしています。

▶日時 ※金曜日か日曜日いずれかを選択。

【金曜日】2月2日(金)13:00~16:00

3月8日(金)13:00~16:00

【日曜日】2月11日(日)14:00~16:00

2月18日(日)13:00~16:00

▶場所 中央図書館 3階 集会室1

※2月18日(日)のみ、集会室2で実施

▶定員 先着10人(両日とも参加可能な方)

▶主催 布玉手箱

▶申込方法 1月17日(水)11:00~図書館ホームページで申し込む



### 布玉手箱について

第1日曜日と第3金曜日に図書館に集まって布絵本を作り、出来上がった絵本を図書館に寄贈しているボランティアグループです。布で作られた絵本は小さなお子さんから高齢者、障害のある方、だれもが楽しめるものです。

## 📖 2月11日(日)開館時間変更

2月11日(日)は守谷ハーフマラソン開催のため、中央図書館の開館時間が14:00~19:00となります。当日は交通規制が実施され、大会開始前から終了後にかけて、中央図書館周辺の道路は大変な混雑が予想されます。来館の際はご注意ください。なお、各公民館図書室(もりりん郷州は除く)は通常通り開室します。

現在のアート・芸術文化を守谷から。



●問合先 アークスタジオ (もりや学びの里内)  
☎46-2600 (10:00~18:00)  
✉arcus@arcus-project.com



詳細はこちらから▶



オープンスタジオの様子

### 大盛況で幕を閉じた今年度のオープンスタジオ

4日間にわたって行われたアークスプロジェクトのオープンスタジオが、11月26日に無事幕を閉じました。今年度は、ローラ・クーパーと進藤冬華の今後の活動につながる作品を発表しました。クーパーは、石岡市の猟友会の猪狩りを撮影した映像を軸に、カモフラージュに着想を得たお手製の狩猟着などを展示しました。進藤は、守谷や取手、常総の街に住む市民との幾重にも重なり広がってゆく交流とその過程で目にした風景や物などを配置し、さらに見つけた植物などから作ったお香を焚いたりして、心理的な独自の地図を作りました。

また、2人組のミロナリウによる特別展示では、2020-21年のオンラインで取り組んだお米の品種改良をテーマにした映像を発展させ、発表しました。会期の前半は、もりや市民大学の受講者や筑波大学芸術支援領域の学生たちが研修の一環で来場し、それぞれの成果を見学するとともにアーティストやディレクターの話に熱心に耳を傾け、質問をしていたことが印象に残っています。ガイドツアーや専門家を招いて行われたトークも盛況で、見て、聴いて、話して、今華開こうとしている現代アートをいろいろな角度から味わうことのできた秋の日々でした。

### アートカレッジを開催します！

今年度2回目は、「生態学的抵抗、修復、再生(仮)」です。1回目の講座を受講していない方も大歓迎です。ぜひご参加ください。

▶日時 2月3日(土) 11:00~12:30

▶会場 アークスタジオ (オンライン同時配信)

▶講師 藤本裕美子 (アークスプロジェクト・コーディネーター)

▶参加費 1,500円

▶申込方法 QRコードから申し込む▶



## もりやの LUNCH TIME

給食センターのメニューから、  
オススメのレシピを紹介！

デミグラスソースを  
つけた

### ビーフシチュー

デミグラスソースをたっぷり使ったシチューです。給食では、守谷市の藤井商店さんの常陸牛をビーフシチューにしました。牛肉を角切りにする場合は、煮込み時間を増やしてください。

材料  
(4人分)

牛肉(薄切り)	125g	デミグラスソース	125g
にんにく	ひと片	ビーフシチュールー	25g
じゃがいも	225g	赤ワイン	大さじ2/3
にんじん	50g	油	小さじ1
玉ねぎ	250g	塩	少々
ブロッコリー	25g	こしょう	少々
トマト缶	50g	水	300ml



### 作り方

- ①じゃがいも、玉ねぎ、にんじんを一口大の角切りにし、ブロッコリーは小房に分ける。
- ②牛肉に塩こしょうをふり、下味をつける。
- ③鍋に油を熱し、みじん切りにしたにんにくを香りが出るまで炒める。
- ④牛肉と赤ワインをいれ、火が通るまで炒めたら、いったん取り出しておく。
- ⑤同じ鍋で玉ねぎを透き通るまで炒める。
- ⑥じゃがいも、にんじん、水を加えアクをとりながら柔らかくなるまで煮込む。
- ⑦デミグラスソース、トマト缶、ルーを加えとろみがつくまで煮込む。
- ⑧牛肉を戻し、ブロッコリーを加えて出来上がり。

▶問合先 学校給食センター  
☎48-0253



# 市民活動サロン

▶ 問合先 守谷市民活動支援センター  
HP <https://www.moriya-cac.org/>  
✉ supportcenter@moriya-cac.org

守谷市御所ヶ丘5-25-1 (市民交流プラザ2F)  
☎46-3370 FAX46-3320 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)



## 第12回 守谷ひなまつり

今年もおひなさまとつるし飾りを市内各所に展示します。スタンプラリーも開催! スタンプを集めた方には景品をプレゼントします。かわいいおひなさまに会いに来てください。

▶ 日時 2月20日(火)~3月3日(日)

▶ 会場 ①イオンタウン守谷 ②守谷市役所 ③市民活動支援センター ④中央図書館 ⑤みずき野集会所  
⑥いこいの郷常総 ⑦下ヶ戸ふれあい館 ⑧北守谷児童センター ⑨南守谷児童センター ⑩もりりん中央  
⑪栄町公民館 ⑫リカレントねっと事務所 ⑬保健センター  
※会場によって展示期間、開館時間、休館日などが異なります。

▶ 内容 [スタンプラリー]・スタンプ5つ以上で景品、8つ以上でくじ引きでさらにおまけがあります。  
・スタンプラリーに使用するチラシは、展示会場または市民活動支援センターのホームページから取得できます。

[景品交換]2月20日(火)10:00~3月3日(日)17:00 市民活動支援センター

▶ 主催 守谷ひなまつり実行委員会

▶ 問合先 市民活動支援センター

### つるし飾りを募集

▶ 作品受渡し場所 市民活動支援センター

【持込】2月17日(土) 13:00~ 【返却】3月8日(金) 10:00~

▶ 問合先 堀込 ☎48-1196



### つるし飾り作成初心者講習会

▶ 日時 2月27日(火) 13:00~16:00

▶ 会場 市民活動支援センター 会議室

▶ 定員 先着10人

▶ 材料費 1,000円

▶ 持ち物 裁縫道具

▶ 申込方法 1月18日(木)~2月20日(火)に

QRコードから申し込む

▶ 問合先 市民活動支援センター



## もりサポ塾 2024年度生徒募集!!

経済的な理由などの事情で、塾に通うことが困難な世帯の中学生向けの塾です。地域の大人や現役大学生のボランティアが基礎的な学習(英数)をサポートしてくれます。しっかり勉強に取り組みたい市内の新中1・2年生を募集。いっしょに勉強してみませんか。



▶ 日時 毎週木曜日 18:00~20:00

▶ 会場 市民活動支援センター 会議室

▶ 定員 若干名 ※超過の場合希望に沿えないことがあります。

▶ 料金 5,000円/年

▶ 申込方法 1月10日(水)~2月4日(日)にQRコードまたはメールで申し込む

▶ 問合先 かわさき ✉ ayak67@icloud.com



## 肢体不自由児・医療的ケア児の写真展

### 「ありのままのわたしたち ~the way you are~」

子どもたちの日常の姿や医療機器などを写真にしました。ぜひご覧ください。



▶ 日時・場所

・1月18日(木)~31日(水) 市民活動支援センター

・2月8日(木)~29日(水) 南守谷児童センター

・3月7日(木)~25日(月) 市役所

▶ 主催

肢体不自由児・医療的ケア児の家族会 そら〜ち

▶ 問合先

✉ sorachi2021niji@gmail.com



国際交流員シルビアさんの

# Moriya's diary!

貴重な一週間

姉妹都市の来市から、すでに2カ月が経ちました。今回は学生ではなく、13人の大人たちが守谷に。マインブルク市のフィヒトナー市長を団長とした市議会議員と市職員の訪問団は、1週間守谷に滞在しました。ほとんどの団員にとって、初めての日本滞在中で、楽しみにしている気持ちも大きかったようです。私も、姉妹都市からの訪問団を受け入れることは初めてで、しかも市長自らということで、緊張も楽しみもありました。本来は、フィヒトナー市長が市長になった2020年来日する予定でしたが、コロナ禍の影響で、来日できませんでした。

守谷に数カ月だけ住んでいる私にとって、マインブルク市と守谷市の30年以上の友情の深さは非常に興味深く、感動的なことです。この11月初旬の訪問を通して、守谷市とマインブルク市の強い絆を感じることができました。訪問団は、成田空港に到着した後、守谷市にあるアサヒビール工場を見学。アサヒビールが、1989年にマインブルクからのホップ輸入を決定したことで、姉妹都市の基礎を築きました。松丸市長への表敬訪問でも、MIFA(守谷市国際交流協会)が開催された日本文化体験でも、深い友情関係を感じることで嬉しかったです。



左がシルビアさん、中央がフィヒトナー市長夫妻



ウエルカムパーティー



マインブルク市の皆さん、日本へようこそ!

給食センターなどを見学し、訪問団の皆さんは興味を示し、さまざまな意見交換ができました。東京スカイツリーや結城紬の体験も好評で、日本の日常生活にも興味を持っているようでした。

1週間の滞在でしたが、最後の3日間は、守谷の家庭でホームステイをしました。訪問団員とホストファミリーが初めて出会った木曜日のウェルカムパーティーでは、皆さんが非常に仲良く、活発に会話をしていて、私も特に嬉しかったです。

日本とドイツでは、大きく違うところがありますが、似ているところもあります。守谷とマインブルクの姉妹都市関係のおかげで、ドイツと日本の距離が縮んで、両国が本当に近いと感じます。滞在は短かったですが、ゲストやホストファミリー、そしてほかの皆さんにとって素晴らしい経験になったと思います。また、私個人にとっても貴重な期間で、興味深かったです。訪問団の皆さんが日本や守谷をだんだん知っていく様子や、感銘を受ける様子(東京は広い!)を見るのが本当に良かったです。初めての通訳者としての役割も本当に勉強になって、とても感謝しています。これからも姉妹都市関係を大切に素敵なものにしていきたいと思います。

## ホストファミリー・浅川さん



マインブルク市長夫妻のホストファミリーとして、始めは緊張しましたが、とてもフランクに接してくれて、すぐに友達のようなになりました。帰国の際は「また会いましょう。次はマインブルクで」と、再会の約束をし、別れを惜しみました。



日本文化体験



# カーニバルの仮面を作ろう!



ドイツでは、「カーニバル」(謝肉祭)という特別な時期があり、2月になると、大規模なパレードが行われます。カーニバルは仮装して楽しくお祝いする伝統的なドイツのお祭りです。大人にも子どもにとっても魅力のあるイベントなので、一緒に仮面の工作やゲームを楽しみながら、ドイツの文化に触れてみませんか？

- ▶日時 2月18日(日) 10:00~11:30
- ▶会場 もりりん中央 視聴覚室
- ▶対象 市内在住・在勤・在学の方(未就学児は親同伴)
- ▶定員 20人 ※超過の場合抽選
- ▶参加費 無料
- ▶申込方法 1月29日(月)までに電話または電子申請で申し込む
- ▶申込・問合先 市役所市民協働推進課 協働推進G 内線133



電子申請  
Sign up here!

今日からはじめる! 大切なあ・し・た!

## 飲み込む力を鍛えて「むせやすさ」改善!

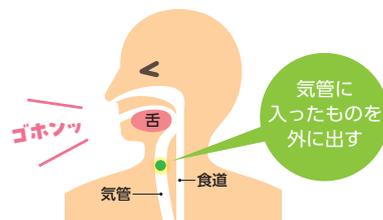
▶問合先 市役所健幸長寿課 地域ケア推進G 内線174、175

最近、「むせやすい」と感じることはありませんか？  
飲み込む力は40歳前後から少しずつ衰え始め、加齢とともに弱っていきます。飲み込む力が低下すると、食べ物だけでなく水やだ液などでも「むせやすく」なり、そのまま放置しておくとう息や誤えんのリスクが高くなります。そのため「むせやすい」は「のど」の老化サインだと言われています。

### 「ゴホンッ」で、出す

そもそも「むせ」とは…

口から飲み込んだものが、誤って呼吸をするための気管に入ってしまったとき、それを外に吐き出そうとする身体の防御反応が「むせ」です。近年、スマートフォンやパソコン操作からくる姿勢の悪さが原因で、若い人でもむせやすい人が増えています。



あー



### 「あー」で、確認

飲み込む力が低下していないか、下記の方法でチェックしてみてください。

リラックスした状態で椅子に座る。息を大きく吸い込み、普通の会話くらいの大きさで「あー」と声を出して何秒間続けられるかを計る。

男性で**15秒以上**  
女性で**10秒以上**  
声が震えたり、かすれたりしなければ大丈夫。

発声と飲み込みは同じ筋肉を使っているのだから、声を出す力が弱くなると飲み込む力も弱くなります。

### 「エイッ」で、鍛える

「むせやすさ」を改善するには、のどを鍛え、飲み込む力を高めることが大切です。力を入れながら声を出すことで、のどが鍛えられる「プッシング運動」をやってみてください。

Let's try

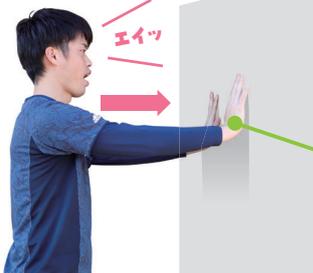
#### プッシング運動

目安として  
①、②とも5回程度

両手で力を込めて壁または、イスの座面などを押しながら、背筋を伸ばしできるだけ強く「エイッ」と声を出す。

#### ①壁押しバージョン

ヒジはまっすぐ、「相撲」のツッパリのイメージで



#### ②椅子押しバージョン

椅子を押して、身体を浮かせるイメージで



押すときは、しっかり力を入れる



## もしも自分がお店の社長さんだったら

11月27日 松ヶ丘小学校・出前授業

松ヶ丘小学校の3年1組では、「はたらくひと」を学ぶ授業として、市内の精肉店「藤井商店」の藤井社長（ご夫妻）による、出前授業が行われました。おいしいお肉がお店に並ぶまで、どのような工夫があるかを興味深く聞いていた子どもたち。いよいよ「自分が社長さんだったら」と仮定して「せんでんカード」を書くことに。「新鮮なお肉を1枚1枚きれいに包んでいます」、「お肉に合わせて、切り方や味付けを変えています」などたくさんのアイデアが出ていました。

そのあとの給食は、学んだばかりの常陸牛を調理したビーフシチューが登場。「大きいお肉があった!」と、いつも以上においしい給食の時間となったようです。



## 東北楽天ゴールデンイーグルス 小郷選手と伊藤選手が守谷に!

12月16日 バッティング教室

東北楽天ゴールデンイーグルスの小郷裕哉選手と伊藤裕季も選手が、自主トレーニングのため常総運動公園野球場にやってきました。滞在中は市役所に表敬訪問や、小学6年生を対象にしたバッティング教室も開催。

当日は快晴に恵まれ、熱心に両選手からの言葉に耳を傾ける子どもたち。野球選手を目指す子どもたちへのアドバイスを伺うと、伊藤選手は「諦めないこと。ぼくは高校生の頃、レギュラーでもなかったんです。でも諦めずに大学で野球を続けてきたので、今の自分があるのだと思っています」と話してくれました。

大学時代は主将・副主将を同じチームで務めた、仲の良い両選手。和やかな雰囲気でのバッティング教室の最後は、サインのプレゼントと記念撮影で、子どもたちは大喜びでした。



左:伊藤裕季も選手 右:小郷裕哉選手



## 守谷流おもてなしイベント

11月18日 ようこそ守谷へ2023

「ようこそ守谷へ」は、守谷市に転入された方々を対象に、毎年開催されているウェルカムパーティーのようなイベントです。今年は73人の転入者が参加し、転入してきた方同士でクイズに挑戦したり、「守谷の防災を知る」ブースやワークショップが楽しめるブースなど、さまざまな催しを楽しんでいました。このイベントを主催する実行委員は、以前は転入者側だった先輩市民の皆さん。「守谷のことが大好きで、新しく転入した方の力になりたい!」とボランティアで、おもてなしイベントを開催しています。ほかの地域ではあまり見ない守谷ならではの素敵なイベントですね。

動画も配信中! ▶



## 子どもの居場所づくりに感謝を込めて

12月9日 音楽でつながろう 子ども食堂

子どもたちの居場所づくりのための活動「子ども食堂」。北守谷地区では、「もりやっ子食堂」と「もりんくる」が活動中です。子ども食堂の利用者の皆さんと、それを支えるボランティアスタッフの皆さんに感謝の気持ちを込めて、音楽イベントが開催されました。当日は利用者とスタッフを合わせて約80人以上の方が参加し、音楽を通して楽しい時間を過ごしました。また、イベント開催にあたり、守谷ライオンズクラブ様よりご寄付をいただきました。



## 赤ちゃんの幸せを願って絵本を届ける

12月19日 ブックスタート20周年記念展示

ボランティアの皆さんが読み聞かせをしながら赤ちゃんに初めての絵本をプレゼントするブックスタート。2003年7月にスタートし、20年間で延べ11,800人の赤ちゃんへ絵本の楽しさを伝えてきました。「親以外の方が選んだ本に巡り合えるのがありがたく、子どもが絵本に興味をもつきっかけになりました!」など、参加した方の声や、これまでに手渡してきた本の展示などが行われました。





📷  
スポーツ少年団に  
潜入取材!

# もりや 未来 アスリート



## 守谷ジュニア バドミントンクラブ

### Badminton

活動日時 火・木曜日 17:00~19:00  
土・日曜日 13:00~16:00

※変動あり

活動場所 御所ヶ丘小学校体育館など

対象 主に小学生

問合先 <https://moriya.crayonsite.com/>



みんな  
仲良しです!

キャプテン  
杉本葉那さん

一緒に  
バドミントン  
を楽しみましょう

コーチ  
海老原実さん

土曜日の屋下がり、常総運動公園の体育館には和気あいあいとバドミントンをしている子どもたちの姿が。今回取材した「守谷ジュニアバドミントンクラブ」は2021年に設立したまだ新しいクラブチームです。4人のコーチが市内外から集まったメンバー25人を指導しています。「バドミントンの面白さは、狙ったところに打てた時の爽快感です」と話してくれたのはコーチの海老原さん。スポーツ初心者でも比較的始めやすく、障がい者スポーツやシニアスポーツとしても知られているこの競技。しかし、ハマると相手の行動を読み、動かす、とても戦略的な競技だそう。指導をする上で大切にしていることは、「勝利至上主義にならないこと。子どもたちには、とにかくバドミントンを楽しんでほしい」とバドミントンを好きになってもらいたいという気持ちが伝わってきました。このチーム



の良さを伺うと、「仲間たち、コーチもみんな優しくて協力し合える」と話してくれたのは小学6年生でキャプテンの杉本さん。「相手を動かして点を取れたときや、スマッシュを打てたときは嬉しいです!」と楽しそうに練習に励んでいました。お話のとおり、練習はアットホームな雰囲気、お互いがサポートし合っている様子を感じ取れました。今は若干名の新メンバーを募集中だそうです。最近は大大会の上位に入れそうなメンバーが出てきたようで、目標は関東大会を目指しているとのこと。ご健闘をお祈りしています!



掲載写真募集中!



もりんフォト  
Morinphoto

あなたが見つけた  
とっておきの守谷の写真を、  
スマートフォンなどを使って  
投稿してください。

今回は2月号に掲載!

掲載者には、  
オリジナルバッジを  
プレゼント!!



問合せ

市役所秘書課  
シティプロモーションG 内線323



- 1 どんぐり拾い [場所]土塔森林公園 [名前]つくもり
- 2 イチョウの扇 [場所]松前台 [名前]ゆうなみあん
- 3 落ち葉アート [場所]大柏 [名前]ジュビロ
- 4 秋空デイキャンプ [場所]野木崎 [名前]ただのママ
- 5 紅葉ピース [場所]土塔森林公園 [名前]かず
- 6 Xmasツリー飾り付けボランティアに参加!  
[場所]守谷駅 [名前]ひよっこ

## 読者アンケート

アンケートに答えてくれた方の中から、抽選でP2~5にて新春対談していただいたレメキ選手のサイン色紙をプレゼントします。

※当選者の発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

### 今月のプレゼント ラグビー日本代表 レメキ選手サイン色紙

- ▶ 応募方法 必要事項を記入し、Morinfoまたは郵送で応募する
- ▶ 記入事項 郵便番号、住所、名前、年齢、電話番号、アンケートの回答
- ▶ アンケート内容

- Q1. 今月号で良かった内容は?
- Q2. 定期的に行っている運動があれば教えてください。
- Q3. 広報紙に特集してほしい内容、ご意見、ご感想など

- ▶ 応募期限 1月24日(水) 当日消印有効
- ▶ 応募先 【郵送】〒302-0198 守谷市大柏950-1 守谷市役所秘書課「1月号アンケート係」

抽選で3名様に  
プレゼント!!



【Morinfo】  
こちらから簡単に  
応募できます!



## アンケート紹介

回答ありがとうございます!

12月号

- ・ごみ危機的状況につき絶対分別。ごみ処理の焼却炉の現状が分かり良かった。(50代男性)
- ・なぜ、選挙に行かないの?では、守谷高校の学生さんを起用して特集していただいたことで、興味が湧き、目に留まり読み易く、選挙に行かなきゃという気持ちが高まりました。(40代女性)
- ・ヤクルトのファーム施設が守谷に!の記事です。今からとても楽しみです。夢があって守谷の子供たちも喜びますね。(50代女性)

### Q. 広報紙に特集してほしい内容、ご意見、ご感想など

- A. 市内の自然に触れ合える場所の特集
- ・美味しいお店、頑張ってるお店など
- ・住民により良い住み方の情報
- ・子育て特集
- ・運動公園内のキャンプ場やドッグパークについての特集



## 音楽の「心」を 表現したい

箏曲演奏家

なかしま ひろやす

## 中島裕康さん

今回ご紹介するのは、守谷市出身の箏曲演奏家・中島裕康さん。東京芸術大学音楽学部邦楽科を卒業後、数々のコンクールで受賞。2016年に初めての単独リサイタルを開催。演奏会や歌舞伎などの演奏でも活躍し、2023年7月に開催された若手の登竜門「長谷検校記念くまもと全国邦楽コンクール」で最優秀賞・文部科学大臣賞に輝きました。

中島さんが箏に出会ったのは小学3年生。学校の芸術鑑賞会で箏の生演奏に感動し、その日のうちに市内の樋口雅礼瑤氏の教室で習い始めたそう。当時はスポーツをする友達が多い中、真つすぐ自分の好きな音楽の世界にはまっています。

その後、中学・高校・大学へと箏への学びを深めていき、卒業と同時に多くのコンクールに挑戦。速く、ミスなく、技術を向上させて臨むことばかりにこだわり過ぎてしまったことが、自身を見つめ直すきっかけに。「伝統楽器である以上、先人の型や技術などの基礎を習得した上で、音楽の『心』を表現したい」と思い、後藤すみ子氏に師事し鍛錬に励みました。

そんな中島さんへやりがいを尋ねると、「表現者としてもっと成長し、演奏を進化させたいです。なので、公演のあと『前回より良かった、成長した』と言ってもらえるのは嬉しいですね」と笑顔を見せてくれました。

音楽への情熱に溢れる中島さん、音楽以外で夢中になっていることを聞くと「ジムで体を鍛えることですね。楽器を弾くことはスポーツの一種です。体力作りと、体幹を鍛えること、心技「体」のバランスが大切です」と、やっぱり演奏へとつながる話に（笑）。

2月3日(土)には、意外にも初めて、守谷での単独リサイタルをもりりん中央で開催予定だそうです。「来てよかった、また来たい!」と思っただけのリサイタルにしたいと思っています」と意気込みを語ってくれました。



撮影のため目の前で演奏してくれた箏の流れるような音色は、写真を撮るのを忘れてずっと聞いていたほど惹きつけられました。

皆さんの身近で「技」を持っている  
守谷市市民・出身の方がいらっしゃいましたら、  
ご紹介ください。

