



きつと、もっと守谷が好きになる

報 広

MORIYA

3

広 報 も り や
2025 No.729



今月の表紙

今年度から始まった1マイルレース。子どもたちが、約1.6kmを全速力で駆け抜けました。守谷ハーフマラソンに小・中学生が出場するのは、コロナ禍以降、5年ぶりのこと。ようやく、子どもたちの元気な走りを見届けることができました。

守谷市の情報はここから

公式サイト



Morinfo
(アプリ)



X



Facebook



Instagram



YouTube



メールもりや



クックパッド



※問合先のGはグループの略表記

CONTENTS

3 特集 気温1度の守谷ハーフマラソン

8 スクールバスの運行が始まります／

児童手当の多子加算を受けるには手続きが必要です

9 4月から不燃ごみの出し方が変わります／

茨城県広報コンクール3部門で入選

10 市役所組織の一部が変更になります／地方自治の振興に尽力

11 上下水道の料金徴収等業務委託先が変わります／

使用人数変更の場合はご連絡を！／内水浸水想定区域図／

下水道管点検結果

12 令和7年度 国民年金保険料額が決定／病児・病後児保育の利用登録

13 令和7年度 人間ドック・脳ドック費用の助成／

ゼロカーボンアクションNo.8

14 パスポートが新しくなります／もりや市民大学

15 奨励金交付であなたの活動を応援します／実行委員会メンバー募集

16 特集 ヘルスメイトさんと一緒に食生活から健康に

18 情報ひろば

21 図書館へ行こう

22 LUNCH TIME／ARCUS

23 子育てだより

24 Moriya's diary!／国際交流員シルビアさんのイベント

25 市民活動サロン

26 守谷市へ宇宙飛行記念品が返還されました！

28 もりやフォトニュース

29 もりやフォトニュース／守谷市役所ってどんなところ？

30 もりやの絵本 ぼく、こじゅまる

31 もりんフォト／読者アンケート

32 もりやの技

休日・夜間の救急診療



おと
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
い
な

・JAとりで総合医療センター
☎0297-74-5551
・総合守谷第一病院 ☎45-5111

※曜日や時間帯により異なります。
詳しくは市ホームページでご確認ください。

人口と世帯数
(2025年2月25日現在)

		前月比
世帯	30,622戸	(+5戸)
人口	70,888人	(-2人)
男	35,439人	(+2人)
女	35,449人	(-4人)
前年同月人口	70,669人	



特集

気温



度の

守谷ハーフマラソン

2月2日に開催された第41回守谷ハーフマラソン。
気温は1度、冷たい雨に見舞われてしまいましたが、
この日を待ち望んでいたランナーの皆さんはもちろん、
応援の皆さん、大会を支えたボランティアスタッフの
皆さんも含めて、みんなで走り抜きました！



守谷ハーフマラソンの思い出

守谷町に転入したばかりの頃、夫がハーフマラソンに参加しました。まだつくばエクスプレスも守谷トンネルもなく、ふれあい道路を走りました。歩道から応援したのが懐かしいです。(60代)

第41回 守谷ハーフマラソン

2月2日、節分の日に開催された第41回守谷ハーフマラソン。数日前から関東地方は平野部でも雨・雪が見込まれ、開催が危ぶまれていた中、当日は積雪こそなかったものの、冷たい雨の中での開催となりました。

今年は、5km、ハーフマラソンに加え、1マイルレースも実施。3500人以上が守谷を駆け巡りました。

守谷ハーフマラソンで、当日に雨が降ることはめつたにありません。守谷ハーフマラソンといえば、強風に苦しめられることが多いのですが、今回は、もっぱら雨の冷たさとの戦いとなりました。出場した方も、「こんなに寒いのは初めて」「寒くて雨合羽脱げなかつたよ」と、寒さに震えながらのゴールとなりました。

晴れの日には半袖・短パンで走る方も、今回はやはり、長袖と長タイツ。ほかにも手袋や帽子、ネックウォーマーを付けたり、皆さんさまざまな工夫をしていました。雨合羽の代わりにごみ袋をかぶっている方もいましたね(笑)。お疲れ様でした！

友だちや先生が参加していて応援に行きました。応援によって、友だちと先生の力にもなったと思います。
(10代)

昔ママさんバレーチームでスタッフとして少しだけ、お手伝いしました。自分は走れないけれど、マラソンに参加されている方々のパワーをもらいました。(60代)

小学生の時、毎年のように頑張って3km走っていた記憶があります。とても疲れていたけれど、充実した達成感があって楽しかったです。(10代)

昔は20kmマラソンでした。
いつだったか忘れましたが
雪交じりの中走った記憶が
あります。(60代)

怪獣の被り物をしてハーフマラソンを走っていますが、沿道からの子どもたちや応援してくれる方たちの「怪獣ががんばれー」の声によく励まされています。(40代)

もう20年以上前の話ですが、小学生の時に毎年5kmマラソンに参加していました。沿道にたくさん応援している人たちがいてとても力になったのと、ゴールの市役所にはたくさんのおいしい食べ物があって、それを楽しみに走っていたかな？ と懐かしい思い出があります。(30代)

市民ランナー 記録上位者発表!! 🎉

当日に雨はめずらしい??



男子

ハーフ	2,496人
5km	223人
1マイルレース	292人

女子

ハーフ	413人
5km	127人
1マイルレース	141人

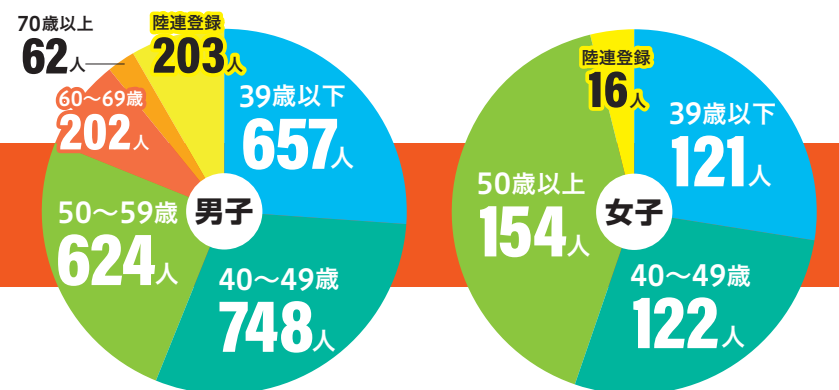
部門	市内順位	氏名	所属	記録
ハーフマソン	陸連登録者	1 (145) ほんま 伸一	美野里クラブ	1:25:11
		2 (157) 澤口 諭一	アステラス製薬	1:28:50
		3 (158) 小林 裕	茨城陸協	1:29:00
	39歳以下	1 (1) 戸原 開人	メークス	1:08:11
		2 (12) 平井 健吾	アサヒビール	1:15:13
		3 (14) 喜多村 佳委	アステラス製薬	1:15:41
	40〜49歳	1 (12) 城 征司		1:19:07
		2 (23) 前原 崇	船員保険会	1:24:01
		3 (38) 山口 晃司		1:26:34
	50〜59歳	1 (4) 下村 茂	JAC&ベティ	1:20:12
		2 (6) 間 浩輝	クボタ	1:21:58
		3 (7) 切田 雅信		1:22:29
	60〜69歳	1 (7) 大鹿 高蔵	三菱マテリアル	1:37:49
		2 (10) 中西 文洋		1:38:55
		3 (28) 津田 弘樹	兄も	1:43:32
70歳以上	1 (21) 松永 烈	守谷JC	2:03:36	
	2 (22) 高瀬 廣和	守谷JC	2:03:36	
	3 (33) 蔭山 光		2:18:14	
1マイルレース	中学生	1 (1) 平岡 悠	守谷の虎	0:04:57
		2 (4) 桜田 純晴		0:05:32
		3 (6) 奥谷 琉生		0:05:43
	小学5・6年生	1 (2) 桜田 健晴		0:05:55
		2 (3) 金内 大翔		0:06:06
		3 (5) 小菅 裕太郎	守谷クラブ	0:06:23
	小学3・4年生	1 (2) 川口 蒼士		0:06:02
		2 (3) 宮内 和人		0:06:02
		3 (5) 高梨 倅生		0:06:33
	小学1・2年生	1 (3) 田中 颯悟		0:06:49
		2 (4) 恩田 葵人	松前台小学校	0:07:02
		(5) 高梨 晃		0:07:07
5km	39歳以下	1 (6) 船越 凜空		0:17:22
		2 (9) 稲葉 柱		0:17:58
		3 (13) 田口 智琉		0:18:54
	40歳以上	1 (3) 及川 勝利	ライトゴロ	0:17:49
		2 (5) 和田 大樹		0:18:47
		3 (11) 篠崎 秀樹	はるっち	0:21:38

部門	市内順位	氏名	所属	記録		
ハーフマソン	39歳以下	1 (4)	吉元 祥	大型兎はいいぞ	1:35:02	
		2 (6)	戸原 明子	メークス	1:35:51	
		3 (20)	平井 早紀	アサヒビール	1:52:16	
	40~49歳	1 (12)	高橋 清加		1:43:03	
		2 (22)	中辻 美穂		1:46:56	
		3 (23)	神垣 紀子		1:48:39	
	50歳以上	1 (14)	後藤 千恵子		1:48:08	
		2 (19)	川上 愛子		1:50:55	
		3 (33)	下村 香織	黄昏かばびい	1:54:46	
	1マイルレース	中学生	1 (3)	田村 ゆきみ	東葛RC	0:05:46
2 (5)			青木 彩葉	御所ヶ丘中学校	0:06:25	
3 (8)			中桐 ひなた		0:08:16	
5・6年生		1 (2)	泉 優衣	松ヶ丘ミニ女子	0:06:03	
		2 (3)	星 里緒菜	松ヶ丘ミニ女子	0:06:07	
		3 (4)	福田 糸	松ヶ丘ミニ女子	0:06:17	
3・4年生		1 (3)	泉 麻央	松ヶ丘ミニ女子	0:06:49	
		2 (4)	松澤 依凜	守谷クラブ	0:06:50	
		3 (5)	山中 香乃楓	守谷JFC	0:06:56	
1・2年生		1 (3)	鈴木 花		0:06:55	
		2 (4)	森 菜杏奈		0:07:25	
		3 (6)	村上 凜		0:07:37	
5km		39歳以下	1 (4)	田付 まゆ		0:23:54
			2 (6)	金子 蒼		0:24:57
			3 (7)	尾崎 舞		0:25:19
	40歳以上	1 (4)	太田 律子		0:24:35	
		2 (5)	渡部 みゆき	納豆のオーサト	0:24:38	
		3 (8)	加藤 和子		0:26:35	



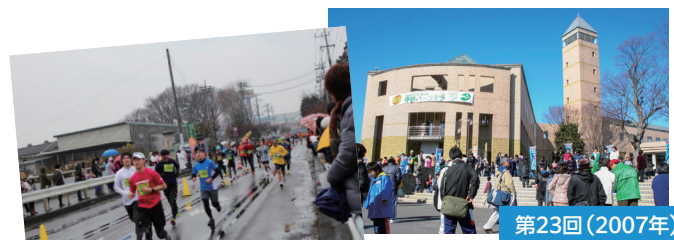
※()内は部門別総合順位

ハーフマソン出走者 (5km・1マイルレース除く)



ランナーやボランティアの皆さんから「雨なんて珍しい」「雨で走るの初めて」という声が多く聞かれた今大会。長年大会に携わっている職員に聞いたところ、なんと、大会当日に雨が降り続いたのは2002年の市制施行記念大会以来なんだとか。

雨に降られたのは残念ですが、めったにない貴重な大会を経験できました。



第30回(2014年)



第36回(2020年)

ボランティアや応援に支えられています!

大会でランナーを支えるのは、沿道の応援とボランティアのサポート。雨の中懸命に応援する声は、ランナーの背中を押し、力強い太鼓の音頭がやる気を鼓舞しました。過酷なレースのため、ゴール後に倒れ込んでしまう方もいましたが、医療スタッフがすぐに対応。無料配布のみそ汁は、冷えた体を温めてくれました。



※当時の写真やランナーの感想を元としています。

松並青葉地区から御所ヶ丘小・郷州小へ

スクールバスの運行が始まります



4月から、松並青葉地区から御所ヶ丘小学校および郷州小学校を結ぶスクールバスの運行が始まります。黒内小学校の過大規模状態を緩和し、子どもたちのゆとりある教育環境を確保するため、ご理解とご協力をお願いします。



▶開始時期 令和7年4月

▶運行時間帯

登校時

[バス停出発時刻] 7:30～7:40 (1本)

[バス停車場所] 松並青葉三丁目バス停、ヨークベニマル駐車場～各小学校

下校時

[学校出発時刻] 御所ヶ丘小…14:10～17:40 (3・4本)

郷州小………14:10～17:50 (3・4本)

[バス停車場所] 松並青葉一丁目～四丁目各バス停 最終便…送迎ステーション(アワーズもりや)

※授業時間に変更がある場合や、学校の行事開催日には、運行時間に変更となる場合があります。

▶バス台数 各小学校につき大型バス1台

特定地域選択制度説明会

特定地域(松並青葉地区)にお住まいの児童は、就学先として黒内小学校のほか、御所ヶ丘小学校または郷州小学校を選択できます。来年度入学予定の方を対象に、詳しい内容やバスの運行などについて説明会を実施しますので、ぜひご参加ください。対象者には、開催通知を郵送します。

▶対象者 松並青葉地区にお住まいで令和8年4月に小学1年生になる児童がいる保護者

▶日時 4月20日(日) 10:00～、13:30～

▶場所 市役所 大会議室

▶問合先 学校教育課 教育総務G 内線 281、284、285

4月分以降も児童手当を受給する方へ

児童手当の多子加算を受けるには手続きが必要です



支給対象児童が第3子以降に該当する場合は、多子加算を受けられます。申請が必要な方に該当する場合は、期限までに申請してください。

多子加算を受けられる方

①、②合わせて3人以上いる方

- ① 平成19年4月2日以降生まれの児童(支給対象児童)
- ② 平成15年4月2日～平成19年4月1日までに生まれた大学生年代の兄姉などで、親が経済的負担をする子(多子加算算定対象の子)

申請が必要な方

- ・新たに大学生年代となる子(平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ)について、経済的負担をする方
- ・既に多子加算算定対象となっている大学生年代の子(平成15年4月2日～平成18年4月1日生まれ)について、令和7年3月に卒業見込みの学生である旨届出済みの方



なお、上記申請が必要な方にかかわらず、多子加算算定対象の子の状況に変更があったときは、随時変更の手続きをしてください。 [例]新たに経済的負担をする子が増えた・減った、住所・卒業予定時期などに変更が生じた など

▶申請期限 4月16日(水)消印有効 ※期限を過ぎた場合、多子加算が受けられるのは提出日の翌月分からです。

▶申請・問合先 のびのび子育て課 こども家庭支援G 内線562、564

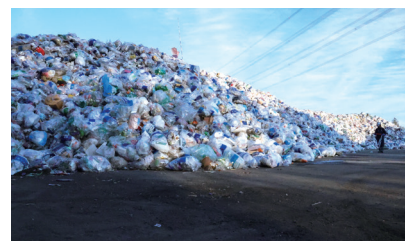
常総環境センターからのお知らせ

4月から不燃ごみの出し方が変わります



4月から不燃ごみを「ビニール、プラスチック製容器包装以外のプラスチック類」と「金属類、割れ物」に分けて収集します。どちらも不燃ごみ専用袋を利用してください。分別にご協力をお願いします。

令和6年12月の火災により、不燃ごみの処理機能が停止しています。現在、多額の費用をかけてすべての不燃ごみを外部施設に搬出しています。不燃ごみをプラスチック類と金属類に分けることで、搬出量を大幅に削減し、費用を抑えることができます。



不燃ごみの分け方と回収日

回収日	第1、2、4、5月曜日	第3月曜日
不燃ごみの分類	ビニール、プラスチック製容器包装以外のプラスチック類	金属類、割れ物
ごみの例	- プラスチック - 皮革 - ホース - ビデオテープ - CD など 	- 金属(鉄、アルミ、ステンレス) - セトモノ - 傘 など 

▶問合先 生活環境課 環境・廃棄物G 内線143

※プラスチック製容器包装は資源物として出してください。

皆さんのおかげです！

広報もりや 茨城県広報コンクール3部門で入選



茨城県が主催する広報コンクールで、県内44市町村の中から守谷市が3部門で入選しました！取材にご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。これからも「伝わる」広報を目指して制作していきますので、ご協力をお願いします。



ウェブサイト部門

レスポンス対応がなされ、チャットボット導入、Morinfoを通じたプッシュ通知などの先進的な取り組みが評価されました。

準特選



広報紙部門

濃い内容でありながら、子ども目線のわかりやすい文章と子どもたちの写真が評価されました。

入選



広報写真部門(組み)

子どもたちの一瞬の笑顔をつえた、楽しい給食の雰囲気が伝わる点が評価されました。

入選

▶問合先 秘書課 シティプロモーションG 内線324

※審査員講評より一部抜粋。

令和7年4月から

市役所組織の一部が変更になります



- ① 守谷SAスマートICの新規事業化決定により、建設課を分割します。道路の補修や公園・街路樹・市営住宅の維持管理に関することは、新設される管理課が担当します。

旧(令和6年度)		新(令和7年度)	
課名	グループ名	課名	グループ名
建設課	道路建設 G	建設課	道路建設 G
	用地 G		用地 G
	地籍調査 G	管理課	スマート IC 整備 G
	管理 G		道路管理 G
	スマート IC プロジェクトチーム		公園緑地 G
			地籍調査 G

- ② 入札・契約・検査までの事務を一元化、適正・厳正・公正な体制構築のため、管財課内に契約検査室を設置します。

課名	グループ名	課名	グループ名
管財課	管財契約 G	管財課	管財 G
	施設設計・検査 G		契約検査室

- ③ のびのび子育て課の事務分担を見直し、業務内容に合わせてグループを再編します。

課名	グループ名	課名	グループ名
のびのび子育て課	こども家庭支援 G	のびのび子育て課	こども家庭センター G
	地域子育て支援センター		子育て応援 G
			家庭児童相談室
			地域子育て支援センター

- ④ 学校教育課の業務分担を見直し、教育総務 G を分割します。

課名	グループ名	課名	グループ名
学校教育課	施設管理 G	学校教育課	施設管理 G
	教育総務 G		学務 G
			総務・企画 G

▶ 問合先 総務課 内線221、222



地方自治の振興に尽力

長年にわたる献身的なご尽力が評価され、2人の方が茨城県市長会による自治功労者表彰を受賞されました。
おめでとうございます。

茨城県市長会自治功労者表彰式



(写真左から)長谷川さん、松丸市長、田尻さん

は せ が わ れ い こ
長谷川 禮子さん

守谷市民生委員児童委員として地域に根ざした活動に尽力し、住民の福祉向上に貢献。また、守谷市地域福祉推進委員会では、会の発足当初から10年以上委員として、市地域福祉計画および市地域福祉活動計画の策定に尽力。

た じ り し ょ う じ
田尻 昭二さん

高野地区まちづくり協議会会長、守谷市地域公共交通活性化協議会会長として、住民自治によるまちづくりの発展、公共交通の活性化に寄与。また、守谷市社会福祉協議会評議員として、社協の発展・強化に関する検討を行うなど、福祉向上に貢献。

▶ 問合先 秘書課 秘書・広聴 G 内線323

4月1日から

上下水道の料金徴収等 業務委託先が変わります

業務委託先の変更に伴い、検針員の制服や検針票などが変わります。
検針日や口座振替日、営業所所在地、電話番号などに変更はありません。

- ▶**新委託先** ヴェオリア・ジェネッツ株式会社
▶**契約期間** 令和7年4月1日～令和12年3月31日（5年間）

▶**問合せ先** 上下水道課 経営 G ☎48-1842

検針員の
新しい制服



井戸水を使用中の方へ

使用人数変更の場合はご連絡を！

井戸水の使用人数は、下水道の料金算定に影響します。

4月1日以降、おくやみ窓口該当の方を除き、職権による人数変更は原則として行いません。

使用人数が変更になる場合は速やかにご連絡をお願いします（電話可）。

〔連絡が必要な場合の例〕

- ・人数が増えたとき…出生、転入、転居など
- ・人数が減ったとき…死亡、転出、転居など
- ・井戸の使用をやめたとき

※住民登録の有無は問いません。

使用人数は、偶数月に配布する検針票や、年1回送付する「下水道の使用状況の確認について（ハガキ）」に記載されています。不明な点はお問い合わせください。

井戸水を使用している場合、
人数の記載があります。

▶**問合せ先** 上下水道課 経営 G ☎48-1842

新しい検針票のサンプル

使用水量・料金等のお知らせ (このお知らせは請求書ではありません)			
水栓番号	999999-001		
水道メーター番号	20 mm	8888888	
道順番号	1234-123-123-12		
住 所	守谷市〇〇〇〇		
使用者名	守谷 太郎 様		
令和7年3・4月分	2/16～4/15使用分	9999999999	
今回指針	4月15日	102	m³
前回指針	2月15日	92	m³
旧メーター水量		****	m³
今回ご使用水量		10	m³
今回汚水量		24	m³
世帯人数		2人	
(参考) 前回使用量	16 m³	前々回使用量	15 m³

お知らせ欄

大雨への対策に利用してください！

内水浸水想定 区域図



近年、集中豪雨などによる内水（排水しきれずに溢れた雨水）による浸水被害が増加しています。市では、内水による浸水が発生する可能性がある区域を示した「内水浸水想定区域図」を作成しました。

大雨時のリスクを知り、事前の備えや避難行動を確認しましょう。区域図は市ホームページで公開しています。

▶**問合せ先** 上下水道課 事業 G ☎48-1842

異常なし

下水道管点検結果



八潮市で発生した道路陥没事故を受け、国土交通省から大規模な下水道を管理する自治体へ緊急点検の要請がありました。

市が管理する下水道はこの対象ではありませんが、主要な下水道管を対象に点検を実施した結果、異常はありませんでした。

- ▶**点検内容** ・幹線を埋設している道路の変状調査
・マンホール内の土砂の堆積状況調査

▶**問合せ先** 上下水道課 事業 G ☎48-1842

令和7年度 国民年金保険料額が決定

月額**1万7,510円** (年間21万120円)



▶現金で納付される方へ

国民年金保険料は、申し出により**2年分の前納が可能**です。2年前納すると**15,670円**の割引になります。

▶支払期限 4月30日(水)

▶前納用納付書について

6カ月前納・1年前納の納付書は、4月発送分の納付書に同封されます。なお、2年前納の場合は、**土浦年金事務所に事前申請が必要**です。また、年度途中からでも申請できますが、専用の納付書が必要です。詳しくは土浦年金事務所へお問い合わせください。

※市役所では、納付書の発行および支払いはできません。

▶問合先 土浦年金事務所 ☎029-825-1170

前納する機関	保険料額	割引額
6カ月前納(4月～9月分)	104,210円	850円
1年前納(4月～翌年3月分)	206,390円	3,730円
2年前納(4月～翌々年3月分)	409,490円	15,670円

納めていない保険料がある方へ

納め忘れなどで未納になっている保険料は、納付書がお手元になくても、ねんきんネットからPay-easy(ペイジー)で納付できます。

※納付できる保険料は、前月分以前の保険料です。当月分以降の保険料は納められません。



令和7年度に利用を希望する方へ

病児・病後児保育の利用登録

子どもが風邪で保育所に預けられない、仕事も休めない…そんな時は、病児・病後児保育をご利用ください。令和7年度に利用を希望する方は、事前に登録してください。利用登録は年度ごとに必要です。



▶登録方法 市公式アプリ Morinfo から申し込む



予約
申請

予約・申請 →



病児・病後児保育予約 →



登録 守谷市病児・病後児保育事業利用登録申込書

※ Morinfo からの申し込みが難しい場合は、登録申込書をすくすく保育課窓口に提出してください。

※ 申込書は、すこやかルーム、すくすく保育課、保健センター、各保育所または市ホームページから取得できます。

▶実施施設 すこやかルーム(松前台1-16-6)

▶申込・問合先 すくすく保育課 施設運営G 内線152

有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載しておりません)

国民健康保険に加入している40歳以上の方・後期高齢者医療に加入している方へ

令和7年度 人間ドック・脳ドック費用の助成

国民健康保険または後期高齢者医療に加入している方は、人間ドック・脳ドック費用の一部の助成を受けられます。

- ▶ **対象** 保険税(料)の未納がない、または納付見込みで、検診当日次のいずれかに該当する方
 ・国民健康保険に加入している40歳以上の方(昭和61年3月31日以前に生まれた方)
 ・後期高齢者医療に加入している方
 ※令和4年度以降に脳ドックの助成を受けた方は、脳ドックの助成対象外です。
- ▶ **助成額** 〈人間ドック〉2万円 〈脳ドック〉2万7,000円
- ▶ **受診期間** 4月1日(火)～令和8年3月31日(火)
- ▶ **申請期間** 3月26日(水)～令和8年3月31日(火)
 ※土・日曜日、祝日、年末年始を除く(電子申請は休日・夜間でも可)
- ▶ **申請方法** 指定医療機関に予約後、検診前に電子申請、郵送(申請書は市ホームページから取得)、またはマイナ保険証か健康保険資格確認書を持参し、窓口で申請する
 ※電子申請、郵送申請の場合は検診日の2週間前まで
- ▶ **注意事項** ・年度途中に後期高齢者医療に切り替わる方は、通知が届いてから申請してください。
 ・結果データは保健指導などに活用します。
 ・同一年度内に受診できる健康診断は、人間ドック・脳ドック、特定健診^{*1}、後期高齢者医療健康診査^{*2}のうちのいずれか1つ、年度内に1度のみです。
 ・資格喪失後に検診を受診、または重複受診した場合は、助成額を返金していただきます。
- *1 集団健診・医療機関健診・ミニドック・JA組合員健診・かかりつけ医からの診療情報等提供事業
 *2 集団健診・医療機関健診・JA組合員健診
- ▶ **申請・問合せ先** ・保健予防課(保健センター内) ☎48-6000(音声案内1)
 ・[申請のみ] 国保年金課 国保・年金G 内線106
 後期・医療福祉G 内線107、108

指定医療機関一覧はこちらから! /



国保



後期

Let's / ゼロカーボンアクション No.8

包括連携協定の締結

守谷市、東部ガス(株)、東京ガス(株)の3者がゼロカーボンシティ実現に向けて緊密に連携し、それぞれが持つ知見や技術などを活用しています。



東部ガスさすてな電気の導入

守谷駅一部通路、守谷駅東口・西口トイレに、二酸化炭素の排出量が実質的にゼロとなる「東部ガスさすてな電気」を導入しています。「東部ガスさすてな電気」は、一般家庭でも利用できます。環境に配慮した電力は各社から出ているので、この機会に自宅の電気契約を見直し、日々の暮らしの中でゼロカーボンに取り組んでみませんか?

▶ **問合せ先** 生活環境課 環境・廃棄物G 内線143

守谷市は、2050年までに温室効果ガスの実質排出量をゼロにするという「ゼロカーボンシティ」を表明しています。

今回は、守谷市が取り組んでいるゼロカーボンアクションの一部を紹介します。

カーボンニュートラル都市ガスの導入

市役所庁舎、もりりん北守谷、もりりん高野の3施設では、二酸化炭素の排出量が実質的にゼロとなるカーボンニュートラル都市ガスを導入しています。



守谷市
ホームページ



東部ガス
ホームページ

令和7年3月24日申請分から

パスポートが新しくなります

パスポートの偽変造対策を大幅に強化するため、顔写真ページにプラスチック基材を用いた新しい「2025年旅券」の発給が開始されます。



パスポート受領までの日数が変わります

現行

申請日から8日目以降



3月24日申請分～

申請日から11日目以降

※土・日曜、祝日、年末年始の閉庁日は日数に含めません。

マイナポータルからのオンライン申請が便利！

マイナンバーカードによる新規のオンライン申請が可能になり、戸籍謄本原本の提出は不要。窓口に来庁するのは受け取りの1回だけです。

▶問合先 総合窓口課 パスポート窓口 内線 116

手数料が変わります

種類	手数料	
	現行	3月24日申請分～
10年用旅券	16,000円	窓口申請 16,300円
		オンライン申請 15,900円
5年用旅券	11,000円	窓口申請 11,300円
		オンライン申請 10,900円
5年用旅券(12歳未満)／残存有効期間同一旅券(氏名・本籍などの変更、査証欄余白ない場合)	6,000円	窓口申請 6,300円
		オンライン申請 5,900円

参加者
募集

もりや市民大学
Moriya Community College
公開講座

炭素がつなぐ自然と私たち ～植物と地球の歴史を知り、未来を守る～



松本雄二氏

緑あふれる地球環境ができあがるには、太古の大气からその主成分であった二酸化炭素が除かれる炭素固定が必要でした。その過程で植物が果たした役割を理解し、炭素(低炭素、脱炭素、カーボンニュートラルなど)が地球環境問題のキーワードになっている意味を考えます。

▶日時 4月6日(日) 10:00開場／10:30～12:00

▶場所 市民交流プラザ 市民ギャラリー

▶定員 100人 ※超過の場合抽選 ▶参加費 無料

▶対象 市内在住・在勤・在学の方

▶講師 松本雄二氏(東京大学名誉教授・もりや市民大学運営委員)

▶申込方法 4月2日(水)までにQRコードまたは支援センター窓口で申し込む

▶問合先 市民大学ホームページ「お問合せ」

保育ルーム(無料)

▶対象 市内在住の生後6カ月以上の未就学児

▶定員 先着2人

※3月21日(金)までに保育ルーム利用許可申請書を市民協働推進課に提出



有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載しておりません)

守谷市のスポーツ・文化を盛り上げよう！

奨励金交付であなたの活動を応援します



市では、スポーツ・文化の振興に貢献した個人または団体に対し、奨励金を交付する制度があります。

▶申請方法

申請書類(市ホームページからダウンロードまたは窓口で配布)を添えて申し込む。詳細は市ホームページをご覧ください。

※奨励金の交付申請は対象大会の当該年度または大会終了後1カ月以内(3月大会分のみ)とします。

スポーツ

▶対象者 市内在住・在勤・在学者、市スポーツ協会登録者

▶成績 次のいずれかに該当する方

- ①日本スポーツ協会または同協会加盟の競技団体が主催する全国大会出場
- ②アジア大会または世界大会出場

▶提出・問合せ先 生涯学習課 スポーツ推進室 内線275

文化

▶対象者 市内在住・在勤・在学者、市文化協会登録者

▶成績 次のいずれかに該当する方

- ①文部科学省が主催または後援する全国大会に県代表として出場
- ②文部科学省が主催または後援する県予選のない全国大会の上位
- ③その他教育委員会が該当と認めた国際大会などに出場

▶提出・問合せ先 生涯学習課 生涯学習G 内線277

ようこそ守谷へ2025

実行委員会メンバー募集



新しく守谷市に転入した方々を歓迎する、守谷市の名物イベント「ようこそ守谷へ」。今年は11月頃に開催を予定しています。「ようこそ守谷へ」はボランティアで企画・運営し、先輩市民として転入された方々を楽しくお迎えしています。

あなたも一緒に「守谷流おもてなし」のメンバーとして参加してみませんか。

▶内容

定例会議参加、開催当日の運営(詳細は今後検討)。当日のみのお手伝いも大歓迎！

▶申込方法 QRコードまたは電話で申し込む

▶申込・問合せ先 市民協働推進課内「ようこそ守谷へ2025」実行委員会事務局 内線133



暮らしのコーナー

「2時間後に電話が使えない」と個人情報を読み出す不審な電話にご注意！

事例

「2時間後にこの電話が使えなくなる。オペレーターと話す方は1番を押すように」という自動音声の電話がかかってきた。1番を押すと、男性のオペレーターとつながり、住所・氏名・生年月日を聞かれたため伝えた。オペレーターにどこからの電話であるかを確認するため、電話番号や会社名を尋ねたが、大手通信会社カスタマーセンターとしか言わず、その後「間違いでした」と言って一方的に電話を切られた。

アドバイス

- 大手通信会社から、自動音声ガイダンスを使って電話停止の連絡をすることはありません。自動音声ガイダンスが流れたら、最後まで聞かずに電話をすぐ切ることでも一法です。
- 非通知や知らない番号からの電話は、不審な電話のおそれがありますので、普段から慎重になりましょう。個人情報を聞き出そうとしている可能性があるため、絶対に伝えないでください。
- 伝えてしまった個人情報を取り戻すことは困難です。電話対応には十分注意し、不安に思ったら消費生活センターに相談してください。

トラブルにあったら…

市消費生活センター(市役所2階経済課内)
☎45-2327
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)
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。

茨城県は、心疾患や脳血管疾患などの生活習慣病による死亡率が全国に比べて高く、その要因の一つである食塩摂取量も国が定める目標量を大幅に超えています。

減塩はおいしくない、物足りないなどと思う方もいると思いますが、実践できる小さなコツを紹介するので、ぜひ意識してみてください！

1日の食塩摂取量(成人)

	男性	女性
全国(目標量)	7.5g未満	6.5g未満
守谷市(現状)*	10.5g	8.9g

※第三次健康増進計画より(令和2年度現状値)

日々の食生活にちょこっと工夫！

おいしく 減塩

食 べるとき

- ・**麺類の汁は残す** 2～3gの減塩に
- ・**食べる回数を減らす** 汁物や漬物佃煮など
- ・**「かける」より「つける」**
塩分は約7割を調味料から摂取しているので、使用量を極力減らす
- ・**加工食品を控える**
「見えない塩分」を摂りすぎない

調理 するとき

- ・**温かいうちの調味は控えめに** 冷めると味を濃く感じるため
- ・**新鮮な食材を使用する**
素材そのものの味が濃く、薄味でもおいしい
- ・**汁物は具だくさんに**
汁量を減らすことで調味料の使用量が減る
- ・**低塩の調味料を使う**
比較的塩分の少ないケチャップ、マヨネーズ、酢を上手に利用！

減塩を意識したメニューを紹介

1食あたり塩分**0.9g**

レシピはこちら！



人参のはちみつ和え

レモンの酸味 とはちみつが人参の甘さを引き立てて薄味の物足りなさを解消塩分ゼロ！

白米

加工されていない白米に塩分は含まれません



豆腐白玉～黒ゴマソース～

他メニューとのメリハリをつけ、満足感たっぷりの白玉をデザートに！

塩分を唯一含む／

鶏肉と野菜のタンドリー風煮

香辛料であるカレー粉、にんにく、生姜を使うと味にアクセントが付き、塩分控えめでもおいしいです

Interview

守谷市食生活改善推進員協議会 会長
澤田由加利さん



きっかけは？

平成14年から、23年間ヘルスメイトの活動を続けています。元々食べるのが大好きで、子育てが落ち着いた時に、広報もりやでこの活動を知りました。

やりがいとは？

ヘルスメイトになり、バランスの良い食事を意識したことで、家族からの食事の評判が良くなりました。講座参加者から、「健康診断の結果がよくなった」「料理する時にあなたの声を思い出す」と言ってもらえると嬉しい気持ちになります。

皆さんに伝えたいこと

小さい頃の食生活は、その後の生活に大きな変化をもたらします。薄味に慣れるためにも、食生活を工夫する意識を持っていただきたいと思います。健康診断で注意を受けてからではなく、高血圧を予防して健康な体を維持するためにも、日々の食事の中での減塩など、できることから実践してほしいと思います。食について困りごとや相談したいことがあれば、ぜひヘルスメイトの講座に参加してみてくださいね。

特集

ヘルスメイトさんと一緒に 食生活から健康に

～私たちの健康は私たちの手で～



皆さんは食生活で何か意識していることはありますか？ 健康な体づくりは、日々の食生活から始まります。今回は、食を通して市民の健康を支える食生活改善推進員と一緒に日々の食生活について考えます！

食生活改善推進員とは？

家庭の食卓を充実させ、地域の健康づくりを行うことから始まった食生活改善推進員は、「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通して地域の健康づくりを勧めるボランティア団体です。愛称は、「ヘルスメイト」「食改さん」です。
市では約40人のヘルスメイトが健康づくりの案内役として、食育の推進と普及、啓発活動を行っています。

なんと設立50周年！

令和6年7月に設立50周年を迎えた守谷市食生活改善推進員協議会。設立はさかのぼること昭和39年。食生活改善推進員の養成が始まり、昭和47年に修了生が中心となって現在の食生活改善推進員協議会となりました。平成14年には、長きにわたる健康づくり推進活動の功績が認められ、茨城県知事賞を受賞。さらに今年度、全国で28団体しか表彰されなかった、厚生労働大臣賞(地区組織)を受賞しました。

ヘルスメイトになるには？

市で開催される食生活改善推進員養成講座(不定期)を受けたのちに協議会に入会して活動が始まります。

なお、次回の養成講座は、令和8年度に開催予定です。

活動内容は？



食育の日(毎月19日)推進活動



親子の料理教室



給食センターとの共同献立作成



3歳5カ月児健診時食育活動



児童クラブ出前講座



からだ喜ぶヘルシークッキング教室

地域に向いて食育活動も

「塩分を控えた食事について学びたい」、「地域の子どもたちに食育料理教室を実施したい」、「シニアクラブやサロンで、低栄養予防の食事について教えてほしい」など、依頼があれば、健康づくりのための「食」に関する講習会も実施しています。

希望する方は、事務局までお問い合わせください。

情報 ひろば

INFORMATION

イベント

キ・ターレはるまつり 2025

楽しいゲームや工作で家族や友達と一緒に遊んでみよう！

日 4月26日(土)・27日(日)

【午前の部】10:00～11:30

【午後の部】13:30～15:00

内 工作、ゲームパーク、お楽しみ抽選会

対 3歳～小学生(未就学児は保護者同伴)

定 各部先着140人 持 エコバッグ、靴袋

申 4月14日(月)9:00～QRコードまたは
キ・ターレホームページで申し込む

場・問 北守谷児童センター
(キ・ターレ)

☎45-2278



ふるさ都市もりや朝市

毎月第一日曜定期開催のもりや朝市、4月は「ヨーグルトフェスタ(仮称)」を開催します。もちろん、ヨーグルト以外の料理もたくさんご用意します。また、グルメの他にもワークショップや縁日、健康美容やハンドメイドもあり、たくさんの方が楽しめます！

日 4月6日(日) 10:00～14:00

場 守谷駅西口駅前広場

主 もりや循環型農食健協議会(もりあぐ)

問 イベントプロジェクト

チームHello everyone!

☐helloeveryone.info

@gmail.com



野鳥観察会

日 3月22日(土) 9:00～12:00

※小雨決行

場 小さな鳥の資料館前

内 守谷市の鳥 コジユケイ

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 3月17日(月)～21日(金)(祝日除く)に
電話で申し込む

問 池田 ☎090-1465-8177

筋トレ&ストレッチ

もりりん高野 3月24日(月)

13:00～13:30受付/先着20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 当日受付

定員になり次第開始(50分間)

問 もりりん中央 ☎48-6731

守谷市硬式テニス大会

日 5月10日(土)

8:30～受付/9:00～試合開始

場 常総運動公園 テニスコート

対 市内在住の方、守谷市スポーツ協会
加盟者、隣接市在住の方

※詳細は市スポーツ協会ホームページ
をご覧ください。

申 4月11日(金)までに市スポーツ協会
ホームページから申し込む

問 市スポーツ協会事務局
内線540



令和7年度 キ・ターレ将棋クラブ メンバー募集！

守谷市将棋クラブの先生たちや将棋が
上手になりたいという仲間と将棋をし
てみませんか？ 初心者も大歓迎です。

日 ①5月11日 ②6月1日 ③7月6日

④8月3日 ⑤9月7日 ⑥10月5日

⑦11月2日 ⑧令和8年1月4日

⑨2月1日 ⑩3月1日

(全て日曜日 14:00～16:00)

対 原則1年間全10回参加できる小学
生～(保護者も参加可)

定 先着30人

申 3月24日(月)9:00～QRコードまたは
キ・ターレホームページで申し込む

場・問 北守谷児童センター

(キ・ターレ)

☎45-2278



令和7年福岡堰さくらまつり

まつり期間中はTXみらい平駅から無
料シャトルバスを運行します。また、
期間中の土・日曜日には地元飲食店の
模擬店、キッチンカーによるグルメ
ブースを出店します。 ※期間中、土・
日曜日は近隣駐車場が有料です。

日 4月4日(金)～8日(火)

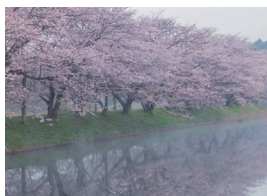
場 福岡堰

(つくばみらい市北山・仁左衛門新田)

問 つくばみらい市観光協会

(つくばみらい市産業経済課内)

☎0297-58-2111



有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載していません)

日 日時 場 場所 内 内容 対 対象 料 料金・費用(記載のないものは無料)
定 定員 講 講師 服 服装 相 相談 主 主催 共 共催 備 備考 持 持ち物
申 申込方法 問 問合・申込先 図 メール 図 ファクス 図 ホームページ

茨城県行政書士会 無料相談会

日 4月12日(土) 13:00~16:00
場 もりりん中央 団体活動室
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 県行政書士会 県南支部
☎48-5349

茨城県手話通訳者養成講座 「入講試験」

日 4月5日(土) 10:00 ~
申 3月21日(金)必着で郵送またはQRコードで申し込む
※詳しくはQRコードから募集チラシをご覧ください。
場 茨城県立聴覚障害者福祉センター
やすらぎ
手話通訳者養成講座係
(水戸市住吉町349-1)
☎029-248-0029

相手の声が読める電話 「ヨメテル」開始

ヨメテルは、通話相手の声をリアルタイムで文字にする電話アプリです。
きこえにくい人が電話をかける・受けるアプリから利用登録することでサービスを利用できます(一部有料)。
きこえる人が電話をかける・受ける通常の音声電話でかけられます。アプリのダウンロードは不要で、受信の際は冒頭にガイダンスが流れます。
問 文字表示電話サービス(ヨメテル)
カスタマーセンター
☎0120-328-123

献血にご協力ください

病気やけがなどで、輸血を必要としている方を救うため、ご協力をお願いします。優先的に献血できる「献血予約」をぜひご活用ください。
日 ①3月23日(日) 10:00~12:15/13:30~16:00
②3月27日(木) 9:45~16:00
場 ①イオンタウン守谷
②市役所 大会議室
対 男性17~69歳、女性18~69歳の健康な方
持 献血カード(アプリも可)
問 保健予防課(保健センター内)
☎48-6000(音声案内1)

生と死を考える集い(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 4月22日(火) 13:30~15:30
場 保健センター 健康教育室
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
図 shoshino1963@gmail.com

ひきこもり・不登校家族グループ

ひきこもり・不登校の方のご家族が、出会い、対話するグループです。日頃感じている不安や悩みなど話してみませんか?
日 3月26日(水) 14:00~16:00
場 保健センター 健康教育室
対 ひきこもり・不登校の方のご家族
申 初参加の方は電話で申し込む
問 保健予防課(保健センター内)
☎48-6000(音声案内1)

その他

もりやをきれいにしよう会

毎月1回、市内の清掃活動を行っています。皆さんの参加をお待ちしています。
日 4月12日(土) 9:00~
場 鬼怒川右岸(清瀧香取神社駐車場集合)
問 生活環境課 環境・廃棄物G
内線144

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、話をしてみませんか。
日 4月15日(火) 14:00~15:30
場 市役所 小会議室1 定 10人程度
対 市内在住の認知症の方の家族
申 4月11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
問 健康長寿課 地域ケア推進G
内線174、175
図 kenkou@city.mori
ya.ibaraki.jp

土地・家屋価格等の縦覧・閲覧

縦覧・閲覧制度により、固定資産税の納税者が土地や家屋の価格(評価額)を縦覧することができます。また、自己資産に関わる課税内容について、固定資産課税台帳(名寄帳)を閲覧して、確認することができます。
日 4月1日(火)~30日(水) 8:30~17:15
※土・日曜日、祝日を除く
持 納税通知書、本人確認ができるもの(マイナンバーカードなど)
場 問 税務課 資産税G
内線202~204

有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載しておりません)

4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 
予約状況はホームページ
でご確認ください。

職業相談

日 16日(水)9:30～11:30 場 文化会館
問 人権推進課 ☎48-7911

行政相談

日 14日(月)13:00～15:00 場 文化会館
問 人権推進課 ☎48-7911

人権相談

日 11日(金)13:30～15:30 場 文化会館
問 人権推進課 ☎48-7911

税務相談

日 9日(水) 13:00～16:00 場 市役所
問 3月31日(月)～4月3日(木)に要予約
税務課 内線205～207 ※先着6人

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

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

年金・労務相談

日 14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

こころの健康相談

日 17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)

ふくしの総合相談

生活上の心配ごとや困りごとについて
相談に応じます。
日 月～金曜日 8:30～17:15
場 いきいきプラザ・げんき館
(社会福祉協議会)
問 ☎45-0088

3月は自殺対策強化月間です

3月は月別自殺者数が最も多いことから、自殺対策強化月間としています。日々の生活でストレスを感じていませんか。セルフケアなどを行い、自分自身や周囲の人の心の健康を守りましょう。

まずは相談しましょう

・こころの健康相談 ※随時受付

☎48-6000(音声案内1)

・電話相談窓口

厚生労働省➡



周囲の人ができること

【気づき】家族や仲間の変化に気づいて声をかける 【傾聴】本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける 【つなぎ】早めに専門家に相談するよう促す 【見守り】温かく寄り添いながら、じっくり見守る

問 保健予防課

(保健センター内)

☎48-6000(音声案内1)



市長の資産等報告書等を公表

「守谷市長等の政治倫理に関する条例」の規定により作成された資産等報告書、経歴等報告書、兼業等報告書および辞退届について、その要旨を公表します。また、報告書は総務課で閲覧できます。

内【資産等報告書】

土地、建物、預貯金に関して提出あり
【経歴等報告書】千葉県立東葛飾高等学校卒、同志社大学経済学部卒、会社役員などを歴任後、市議会議員を経て守谷市長に就任する

【兼業等報告書・辞退届】

本人、親族から提出あり

問 総務課 総務G 内線226、227

オウム真理教事件を風化させない！

オウム真理教は、かつて宗教法人を隠れみのにしながら武装化を図り、5,800人以上が被害に遭われた地下鉄サリン事件など、数々の凶悪事件を引き起こしました。現在も、「Aleph」や「ひかりの輪」に名前を変えて活動しており、オウム真理教の危険性を十分に理解していない青年層を中心に新たな信者獲得のために、ヨガや占いなどによる勧誘活動などを行っています。望まない勧誘を受けた方は、警察にご相談ください。

問 茨城県取手警察署

☎0297-77-0110

春季全国火災予防運動

住宅防火いのちを守る10のポイント

4つの習慣

- (1)寝たばこは絶対にしない、させない
- (2)ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- (3)コンロを使うときは火のそばを離れない
- (4)コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

6つの対策

- (1)火災の発生を防ぐため、ストーブやコンロなどは、安全装置の付いた機器を使用する
- (2)火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する
- (3)火災の拡大を防ぐため、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、防災品を使用する
- (4)火災が小さいうちに対処するため、消火器などを設置し、使い方を確認しておく
- (5)お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確認し、備えておく
- (6)防災訓練への参加などにより、地域ぐるみの防火対策を行う

▶問合先 ・守谷消防署 ☎46-0119
・守谷消防署南守谷出張所 ☎20-0119



図書館へ行こう

▶申込・問合せ

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

図書館
ホームページ



おはなし会
スケジュール



休館日

中央図書館 4月7日(月)
 各公民館図書室 4月7日(月)、9日(水)

芥川賞・直木賞の受賞作品を読んでもみませんか？



1月15日、第172回芥川賞・直木賞の選考会が行われ、下記の作品が受賞作に選ばれました！ぜひ一度読んでみてください。

今回の受賞作は現在予約が殺到しており、貸出が数カ月先になってしまうことがあります。OPAC(図書館蔵書検索システム)では、芥川賞・直木賞の歴代受賞作品を、一覧でご覧いただけます。お待ちの間、過去の受賞作品を読んでもみるのはいかがでしょうか？今回の受賞者の過去作もおすすめです！

第172回 芥川賞

DTOPIA

あんだう
安堂ホセ
河出書房新社



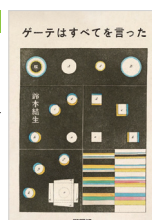
過去の作品

- ・「迷彩色の男」河出書房新社
- ・「ジャクソンひとり」河出書房新社

第172回 芥川賞

ゲーテは
すべてを言った

すずき ゆうい
鈴木結生
朝日新聞社出版



過去の作品

- ・「私にはどれほどの本がいるか」(『文藝界』2024年7月号収録エッセイ)
- ・「すばらしいスモール・ワールド」(『群像』2024年12月号収録エッセイ)

第172回 直木賞

藍を継ぐ海

いよはらしん
伊与原新
新潮社



過去の作品

- ・「フクロウ准教授の午睡」文藝春秋
- ・「八月の銀の雪」新潮社 など

3月はお引越しの季節！

住所が変わった方は、利用カードと新しい住所が確認できるもの(学生証・運転免許証・健康保険証など)を持参して、変更届を提出してください。なお、図書館の利用カードを作れるのは、市内在住・在勤・在学の方です。転出や転職・卒業などの理由で利用資格がなくなってしまった場合は、利用カードの返却をお願いします。

また、資料の返し忘れにもご注意ください。

3月31日(月) 公民館図書室は 休室になります

公民館の休館に伴い、図書室が休室となります。なお、中央図書館は通常通り開館します。

有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載していません)

給食センターのメニューから、
オススメのレシピを紹介！

辛いけど
コクがある

給食のマーボー豆腐

給食では、豆腐のくずれを防ぐために、2種類の豆腐を使っています。みそは、八丁みそを使うとコクが出ます。

お好みでホアジャオやラー油を加えてください。

材料 (4人分)

木綿豆腐 (400g) 一丁
豚ひき肉 150g
おろししょうが 小さじ1
おろしにんにく 小さじ1
ごま油 小さじ1
にんじん 1/3本
長ねぎ 1/3本
にら 15g

★とりがらスープ 150ml
★しょうゆ 大さじ1
★みそ 小さじ1
★トウバンジャン 小さじ1
★オイスターソース 小さじ1
★酒 小さじ1
★砂糖 小さじ1
★塩 少々
★片栗粉 大さじ1

作り方

- ① 豆腐は2cm角に切り、お好みで下茹でする。
- ② にんじんはいちょう切り、長ねぎは小口切り、にらは2cmに切る。
- ③ ★をボウルに合わせておく。
- ④ フライパンにごま油を熱し、豚ひき肉、しょうが、にんにくを入れ、ひき肉に火が通るまでよく炒める。
- ⑤ にんじんを入れてさらに炒める。
- ⑥ 火を止めて、★を加えよく混ぜたら、とろみがつくまで中火で焦がさないように煮立てる。
- ⑦ 豆腐、にらを加えてざっと混ぜたら器に盛る。
- ⑧ 長ねぎを盛り付けて完成。

守谷市公式
ウェブサイトにてチェック！



▶問合先 学校給食センター ☎48-0253

現在のアート・芸術文化を守谷から。

ARCUS
Artist in Residence - IBARAKI

●問合先 アーカススタジオ (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➡

アーカスの2024年度を振り返る

2024年度、アーカスは、アーティスト・イン・レジデンスに、オーストラリアから、人間と蚕の関係の歴史を紐解いて作品づくりをしたエヴァ・ザイラー、インドネシアから、インドネシアの劇作家ダナルトの仕事をととして日本とインドネシアの文化交流について調べた7人組ハイフナー、そして沖縄県から、水戸射爆場の歴史から沖

縄県の米軍基地の未来を占う作品を構想した丹治りえを迎えました。ハイフナーは、メンバーの1人、チタが3カ月をととして滞在し、他のメンバーが1カ月ごとに交代して守谷にやってきました。この街は、自転車ですぐどこにでも行けるし制作に必要なものがなんでも揃うと、アーティストたちは充実した調査と制作に励みました。

また、芸術とそれに関連する領域から専門家を迎えて行う短期のレジデンスプログラム「アーカス・リサーチ」では、シンガポール、オーストラリア、ロシア、ベルギー、オランダ、デンマーク、カナダ、日本から合計8人のアーティストやキュレーターが参加しました。開始してまだ3年目ですが、こうしてみると国際色豊かなプログラムに育ってきています。

そして、市民の皆さんと現代アートを作ることのおもしろさを分かち合うラーニングプログラムでは、世界で一枚のTシャツを刷る池田佳穂さんによるワークショップ「ホル・スル (彫る・刷る)」、また日比野克彦さんによるヒビノホスピタルを行いました。ヒビノホスピタルは、なんと81回目。アーカス誕生から30年の歴史の厚みを感じさせつつも、想像力と創作意欲を刺激する時間となりました。

2025年度も、たくさんのアーティストや専門家を迎えてさまざまなプログラムを行っていきますので、ぜひご期待ください！



蚕と触れ合うエヴァ・ザイラー



81回目のヒビノホスピタル！



アーティストとの帰国前のディナー



4月のピックアップ講座 ★は要予約



ちきんえっぐ (守谷どろんこ保育園子育て支援センター)

☎44-9028



講座名 出前保育

お子さんの成長の記録に手形アートを残してみませんか(毎回実施)。



講座名 自然食堂 (にんじんドーナツ)★

優しい甘さのドーナツで、にんじんが苦手なお子さんにもぴったりです。



講座名 自然学校 (春の自然に触れよう)

春の草花が芽吹く、気持ちの良い季節を楽しみましょう。

子育てコラム

「守谷の子育て応援隊」

育児を頑張っているママ・パパを応援する子育て支援施設では、子育て中の悩みやストレスを気軽に相談できます。また、ママ・パパの交流の場や、リフレッシュするための講座もご用意しています。お子さんの成長を一緒に支えていく施設をぜひご利用ください。

●気軽に親子で遊びに立ち寄れる施設

- ・夢っ子ひろば
- ・ねっこ守谷
- ・ちきんえっぐ
- ・soramai KIDS
- ・あそびの森もりっ子
- ・中央図書館

●小学生まで、または18歳までのお子さんが遊びに立ち寄れる施設

- ・キ・ターレ
- ・ミ・ナーデ
- ・エ・ガーオ

●各種相談窓口

- 【妊娠・出産】のびのび子育て課
- 【子どもの性格や発達、心の成長、不登校など】家庭児童相談室
- 【保育園・保育料】すくすく保育課
- 【子どもの健康や育児・保護者の健康や心】おやこ保健課
- 【育児】子育て支援センター・公立保育所

●一時預かり施設

- ・もりやファミリーサポートセンター
- ・保育所(一時預かりを実施している保育所のみ)
- ・すこやかルーム(病児・病後児のみ)

エ・ガーオ

(守谷駅前親子ふれあいルーム)

☎21-4545



講座名

- ・年齢別講座★
- ・エガーオバースデー(未就園児)★

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★
- ・英会話講座★

キ・ターレ

(北守谷児童センター)

☎45-2278



講座名

- ・キ・ターレはるまつり2025★
- ・親子で遊ぼう! ベビーマッサージ♪★

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

- ・レスト・らん(まつやま保育園)★
- ・園庭開放(まつやま保育園)

ミ・ナーデ

(南守谷児童センター)

☎21-1224



講座名

- ・リトミック・ドレミ★
- ・成長記録会(体重身長測定・足形手形とり)

あそびの森もりっ子

☎46-2323



講座名

- ・はいはいとことこレース★
- ・フラフープで遊ぼう★

夢っ子ひろば

(地域子育て支援センター)

☎45-2462



講座名

- ・のぎさき散歩
- ・0歳のひろば

Moriya's diary!

春の訪れを感じる大切な祝日「オースターン」

ドイツでは4月になると、いよいよ寒い冬が終わり春になります。春と言えば、「Ostern」(「イースター(復活祭)」という意味)の時期です。

イースターはクリスマスと同じようにキリスト教のお祭りで、大切な祝日です。金曜日から月曜日までの4日間が連休になり、日付が毎年変わります。具体的な日付は「春分の日の後の最初の満月の次の日曜日」ということで、分かりにくいかもしれませんが、毎年3月中旬から4月下旬の間です。例えば、去年は3月31日でしたが、今年は4月20日になります。

復活祭の前の金曜日は「聖金曜日」と呼ばれ、キリストの受難と死を記念する日です。ドイツでは、聖金曜日と聖土曜日は「stiller Tag」(静かな日)なので、「Tanzverbot」(ダンス禁止令)があり、ダンスやイベントなどは開催してはいけません。

また、その時期に断食を行う習慣もあります。ただ、近年は完全な断食ではなく、お肉や甘いものを食べない、お酒を飲まないといった程度です。

日曜日は復活祭になり、キリストの復活を祝い、断食が終わり、家族と一緒に食事をします。そして、イースターには、生命と再生の象徴である卵が欠かせません。

子どもたちが幼稚園や小学校で卵に色を付け、その卵



カラフルなイースターエッグ

で庭や家を飾り、イースターバニー(ウサギ)が隠した卵探し「エッグハント」が始まります。昔は、ウサギだけではなく、鶏やキツネ、コウノトリもいましたが、現代はウサギが一番多いです。

本来はキリスト教のお祭りですが、キリスト教とあまり関係がなくてもイースターエッグを飾ったり、エッグハントを楽しんだりする人が多いです。バレンタインデーが終わると、スーパーで卵型のチョコレートやウサギの置物、イースターエッグも買えますが、自分でイースターエッグを作る家庭も多いです。私も子どものとき、学校でマジックペンや水彩絵の具で卵を作ったり、家で母と一緒に玉ねぎや紫キャベツなどの野菜の色素でゆで卵に色を付けたりしました。明るくやさしい色合いが多く、春の恵みに感謝しながら、お祝いし楽しめます。

守谷でもイースターのイベントを開催しますので、一緒にエッグペイントとエッグハントをしてみませんか？

国際交流員シルビアさんのイベント



▶対象 市内在住・在勤・在学の方

▶料金 無料

▶申込・問合せ 市民協働推進課 協働推進G 内線133



イースターのエッグペイント・エッグハント

今年のイースターは4月20日です！ イースターと言えば、卵の飾りとエッグハント(宝探し)。一緒に、卵の飾りを作ってみませんか？ 小さなエッグハントも行います。

▶日時 4月20日(日) 10:30~12:00 ▶場所 もりや学びの里 和室3

▶定員 20人(未就学児は保護者同伴) ※超過の場合抽選

▶申込方法 3月24日(月)までに電話、窓口またはQRコードから申し込む



Sign up here!



国際交流ボードゲーム会

好評につき、今月も平日夜のボードゲーム会を開催します。

さまざまな国のボードゲームをしながら、参加者同士で国際交流を楽しみましょう。お気に入りのボードゲームがあれば、ぜひ持ってきてください。家族・友達との参加也大歓迎です。

▶日時 4月15日(火) 19:00~20:30

▶場所 もりりん中央 視聴覚室

▶定員 当日先着30人

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 FAX 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)



受講者募集 パソコン講習会

▶期間 4月~令和8年3月 (各コース月2回開催)
▶受講料 1,000円/月
▶会場 市民活動支援センター 会議室

▶申込方法 3月23日(日)までに申込書を記入し、市民活動支援センター窓口で申し込む (電話申込不可)
▶持ち物 ノートパソコン (貸出可)
※詳細は各団体にお問い合わせください。

ITサポート守谷

▶問合先 池田 いけだ ✉yukiko.0504.maidookini@gmail.com

【入門】▶内容 パソコン初めての方 ▶日時 第2・第4水曜日 12:30~14:00
【初級】▶内容 Word・Excel 基本操作 ▶日時 第1・第3日曜日 10:00~12:00
【中級】▶内容 Word・Excel 応用 ▶日時 第2・第4水曜日 10:00~12:00

パンボラ・守谷

▶問合先 菅野 かんの ☎090-6952-1420

【初級】▶日時 日曜日 13:00~14:30 ▶定員 先着15人
▶内容 Word・Excel・スマホの基本操作から基礎 ※別途テキスト代(1冊)1,500円がかかります。
【中級】▶日時 日曜日 14:45~16:15 ▶定員 先着15人
▶内容 Word・Excelの基礎から応用 ※別途テキスト代(2冊)1,980円がかかります。

ボランティア会員募集 パンボラ・守谷

スマホ・パソコンが苦手な方や高齢者・障がいのある方を、一緒に支援して下さる方を募集しています。



講習風景

▶参加条件 スマホ、パソコンに興味のある方
▶会費 1,000円/年
▶活動内容 ・パソコン・スマホに関する情報交換会の開催 (月1回)
・パソコン・スマホ講習会の実施 (月5回開催、講師は複数名で分担)
・パソコン・スマホなどの個別相談
・デイサービスにて個人レッスン (施設2カ所)
▶申込・問合先 澤田 さわだ ☎090-6480-1421

会員募集

守谷視覚障害者協会

楽しく充実した生活を送るために、市内の情報を共有して、交流の場を広げませんか。

▶参加資格 市内在住の視覚障害者 (見え方は問いません) とそのご家族
▶参加費 無料
▶問合先 守谷視覚障害者協会 ながしまあきひろ
☎080-3465-8722
✉ akinaga513@yahoo.co.jp



ボランティア募集

もりサポ塾



経済的理由などの事情で家庭教師や塾を利用することが困難な世帯の中学生ののための塾です。

発達障がいなど学習に向き合うことが苦手な生徒たちへのサポートをしてくれるボランティア、学習支援マネージャーに興味がある方を募集しています。経験がなくても差し支えありません。

▶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
▶申込方法 お問合せフォームまたはメールで申し込む
▶申込・問合先 かわさき ✉ morisapojuku@gmail.com

守谷市へ宇宙飛行記念品



が

動画は
こちら

返還されました！

守谷市に縁のある宇宙飛行士古川聡さんが、2023年8月から2024年3月にかけての国際宇宙ステーションの長期滞在ミッションを終え、守谷市の宇宙飛行記念品としてお預けしたこじゅまるを持って来庁しました。
今回が2回目の宇宙飛行となった古川さん。国際宇宙ステーションに滞在した6カ月半、無重力環境でのさまざまな実験や、有人月探査に向けた技術実証を行ったそうです。こじゅまるを連れての宇宙飛行、お疲れさまでした。

初めて宇宙から見た地球は、まるで一つの生き物のように感じました。そして、絶妙なバランスで生きている地球を大切にしなければならぬと感じたんですね。宇宙で数カ月を過ごしているうちに、故郷は「日本」ではなく「地球」だと考えるようになったのを覚えています。
国際宇宙ステーションは無重力に近い環境です。私が行った実験の一つに、細胞がどのように重力を感じているかというものがありません。今は基礎的な研究ですが、地上での我々の生活をより良くすることにつながる実験に取り組んでいます。



ふるかわさとし
古川聡宇宙飛行士
©JAXA



左から古川宇宙飛行士、松丸市長

古川さんに聞いた宇宙のおはなし

「夢に向かって、一歩踏み出して。」

宇宙飛行士になった

きっかけは？

テレビ番組を見て子どもの頃から宇宙に憧れを持っており、宇宙関係の仕事をしてみたいと漠然と思っていました。その後、医師になり忙しく働いていましたが、当直を担当していたある日、宇宙ステーションに滞在してミッションに取り組む人を募集するというニュースを見て、「これはぜひやってみたい！」と思ったんです。そのとき、子どもの頃からの宇宙への憧れが蘇って、応募してみようと思いました。

宇宙の生活で一番大変だったことは？

物がなくなりやすいことです。マジックテープで留めておかないと、すべてのものが知らない間に浮いていってなくなってしまいます。机に置いたものがなくなっていると、反射的に机の下を見てしまいましたが、重力がないので浮いていってしまうんですね。

これからの古川さんの活動は？

今年、大西宇宙飛行士と油井宇宙飛行士が宇宙ステーションでミッションを行うので、支援していきたいと思っています。皆さん応援よろしくお願いします！



©JAXA/NASA



©JAXA

宇宙飛行士になるためには
どんなことを学んだ方がいいですか？

国籍を超えたチームで活動するので、英語は話せた方がよいと思います。
そして、何か専門を持つと良いですね。自分の好きなことを見つけると、仲間へ貢献できるようになると思います。また、何かしらのチーム活動にも取り組んでおくと思います。



返還された宇宙飛行記念品は、証明書とともに市役所に展示されています。

子どもたちへのメッセージをお願いします

まず、勉強だけでなく、運動、身の回りの活動、何でも取り組んでみて、自分が打ち込みたいことを見つけたいと思います。
そして、夢を持つこと。こんなことをしたい、こんな人になりたいという具体的なイメージがあると良いと思います。もちろん、必ず叶うわけではないけれど、夢に向かって一歩踏み出して、挑戦して、少しでも近づいていってほしいと思います。皆さんの夢が叶うよう、私も応援しています！

今後とも宇宙開発の発展に向けて、古川さんのご活躍をお祈りしています。



茨城愛を思う存分発揮して

第12回(令和6年度)いばらきっ子郷土検定県大会(2月1日)

いばらきっ子郷土検定は、郷土の良さを知り、茨城県に愛着を持ってもらうため、毎年県が実施しています。県内全ての中学2年生の中から、市町村大会を勝ち抜いた代表1校が県大会に出場します。守谷市からは、御所ヶ丘中学校の5人の生徒が出場しました！

会場には応援する生徒も駆けつけ、大きな声援を送っていました。優勝には手が届きませんでしたが、茨城愛を思う存分発揮して白熱した戦いを繰り広げていました。



親子で楽しむ運動会

ねっこ守谷運動会(2月15日)

台風並みの強風が守谷に吹いた翌々日、晴れて穏やかな陽気に包まれたこの日、常総運動公園体育館では、ねっこ守谷運動会が開催されました。子育て支援センター「ねっこ守谷」を運営しているまつやま保育園が主催のこの運動会は今年で22回目。0～5歳まで134人の子どもたちが参加しました。

競技は、子どもたちの成長に合わせた多彩なプログラムが用意され、かけっこ、音楽に合わせた体操など盛りだくさんの内容です。親子で一緒に楽しめる競技も多く、参加者の笑顔が絶えず溢れました。思い出に残る素晴らしいイベントになったようです。



宝くじの助成金でラオスと国際交流

ラオス青少年招へい事業(2月16日)



もりりん中央ホールで「駐日ラオス大使講演会」および青少年による「伝統舞踊と伝統人形劇(エポック)の上演」を行い、多くの方が参加されました。

守谷市国際交流協会(MIFA)は、宝くじの社会貢献広報事業のうち、宝くじの受託事業収入を財源として行っている「コミュニティ助成事業」の助成金を受けて、ラオスから青少年を招へいし、ホームステイや文化交流事業、視察を実施しました。

本事業をとおして、ラオスの親善25周年を祝うとともに、人材育成や国際理解の一助となる貴重な機会となりました。

小中学生が英語で思いを伝える！

ライオンズ杯 EnglishForum2024 (1月25日)

もりりん中央ホールで、市内小学5・6年生18人と中学1・2年生40人が英語でのプレゼンテーションを披露しました。小学生は「自分の夢や思い出、好きな国」などジェスチャーを交えながら堂々とスピーチしました。



中学1年生は新入生に向けて「自分たちの学校生活の楽しさや自慢」を、中学2年生は姉妹都市であるドイツの中学生に向けて「守谷市の自慢・魅力」をスライドを使用し、チームで協力しながら発表しました。各校のプレゼンテーションの後には、質問に答えたり、話題をさらに広げたりするなど、即興の英語でのやり取りに会場は引き込まれました。今後、参加した子どもたちが世界で活躍するグローバルリーダーへと成長してくれることを願っています。



ゆめいっぱい「☆MORIYA ☆つばさ展」

☆MORIYA ☆つばさ展 (1月18日～27日)



イオンタウン守谷で開催された「つばさ展」。市内小中学校の特別支援学級や通級指導教室に通う児童・生徒による、子どもたちの思いや夢がたくさん詰まった作品が展示されました。「細かいところまで丁寧に作られていて感心しました」「個性あふれる一つ一つの作品に惹きつけられ、子どもたちの想像力の豊かさに驚きました」と、多くの人が足を止め、作品の世界を味わっていました。

守谷市役所ってどんなところ？

守谷市役所
A棟 3階

財政課
Finance Division

財政G
ふるさと納税G

市の全体的な計画を踏まえた予算を編成したり、政策を進めるための重要な財源となるふるさと納税事業を推進しています。

TOPICS

令和5年度の寄付額は関東2位(約69億円)
寄付はまちづくりに活用しています！

あなたのお店の商品も返礼品に
市内で制作・製造している商品があれば、ぜひ！

**4月号は予算特集
お楽しみに！**

主な業務

- ・予算編成、予算執行の調整
- ・ふるさと納税の運用



市外のお知り合いの方に
守谷市のふるさと納税を
おすすめください！



お店に行って
商品提案も



守谷市には
2000品を超える
返礼品があります！

もりやの絵本

ぼく、こじゅまる

企画から市民の皆さんとのワークショップを経て制作し、約10カ月。ついに守谷市イメージキャラクター・こじゅまるが主人公の絵本「ぼく、こじゅまる」が完成しました。

完成した絵本は、図書館や学校図書室で貸出しするほか、市ホームページでも見られますので、ぜひ一度ご覧ください。

3/16日～公開!

借りられる場所

- ・中央図書館
- ・各公民館図書室

小中学生の皆さんは
4月から学校の図書室
でも読めます

市ホームページから
見る



4月から
3歳5カ月児健康診査でも
配布します



いつものように大好きな守谷を
飛び回っていたこじゅまる。

すると、どこからか泣いている
声が聞こえてきました。

急いで声のする方に飛んでいく
とそこには…!?



昨年7月に絵本制作ワークショップを開催。
市民の皆さんのアイデアを参考に制作されました。



こじゅまるが守谷を舞台に
飛び(走り?)回る
ストーリーをとおして、
そっと守谷の魅力に
触れてくれたら嬉しいです。



著者 イヌイマサノリさん

絵本作家・イラストレーターとして活躍中。2020年に守谷市
を象徴する「守谷イメージ画」を市内小学生と一緒に製作。
もりや広報大使であり、こじゅまるの生みの親。

もりやの絵本 ぼく、こじゅまる お披露目会



▶日時・場所 3月15日(出)

ランチ守谷 [1部] 11:00～11:30 [2部] 11:30～12:00

中央図書館 [1部] 15:00～15:30 [2部] 15:30～16:00

▶内容 [第1部]

- ・著者イヌイさんによる「ぼく、こじゅまる」読み聞かせ
- ・著者イヌイさんによる絵本制作にまつわる小話
- ・イヌイさんと大きなボードに絵を描こう!

[第2部]

- ・「ぼく、こじゅまる」絵本配布(各回先着100冊)
※1世帯につき1冊でお願いします。
- ・こじゅまると記念撮影

▶問合せ 秘書課 シティプロモーションG 内線324



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。

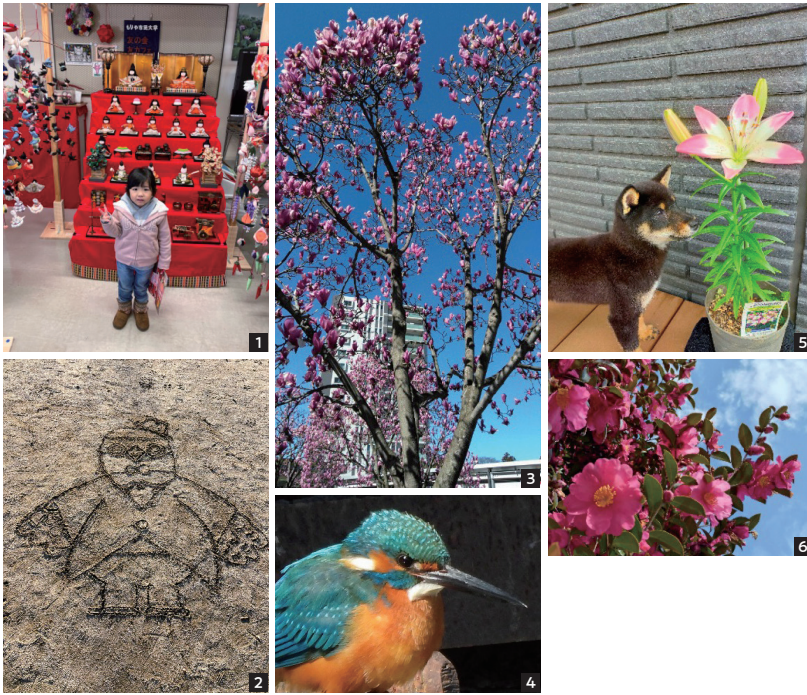
掲載者には、
オリジナルバッジを
プレゼント!!

応募期限：3月24日(月)



問合先

秘書課
シティプロモーションG
内線325



- 1 雛人形と一緒に [場所]市民活動支援センター(キ・ターレ) [名前]ゆーちゃん
2 こじゅまる [場所]さくらんぼ公園 [名前]まめしば
3 空に向かって羽ばたけ [場所]守谷駅 [名前]キョンさん
4 おさかな捕る! 真剣な眼差し [場所]本町 [名前]もりハビ
5 豆輔くん [場所]本町 [名前]そらくん
6 今年も河瀬弁天さんに会いに来ました。 [場所]松並 [名前]ライン

読者アンケート

アンケートに答えてくれた方の中から、抽選でプレゼントを差し上げます。
※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。
※記入いただいた個人情報はプレゼント発送以外には使用しません。

今月のプレゼント 守谷ハーフマラソン ハンドタオル
(約W25cm×H26cm)

- ▶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. もりやPR社に取材してほしいことや場所は?
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 3月24日(月) 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「3月号アンケート係」

抽選で5名様に
プレゼント!!



応募はこちら!



アンケート紹介 回答ありがとうございます!

2月号

「守谷市二十歳の記念式典」

・表紙から心が温まりました。素敵な場所、素敵な式典を市の広報に載せるってとても良いことだなと思いました。(20代)
・高校生活がコロナで制限され大変だった世代も、この記念式典を見ると頼もしいですね。(60代)

「ごみ問題の記事」日々の暮らしの中で、ごみを少なくする工夫を1人1人がすべきだと思います。(70代)

「もりんフォト」毎回心が和むお写真でとても落ち着きます。(50代)

特集してほしい内容

- ・子育てに関すること
- ・年寄りの集い
- ・ランチ守谷
- ・小児科、夜間救急などの特集
- ・ふるさと納税の実績と使われ方
- ・ヤクルト二軍球場

命をつなぐきっかけに。



守谷ハーフマラソン
メディカルランナー
(総合守谷第一病院看護師)

わたなべ ともみ
渡邊 友美さん

皆さんは、メディカルランナーをご存じですか？ 守谷ハーフマラソンは、さまざまな方の協力に支えられて運営していますが、メディカルランナーは、ランナーとして走りながら、体調不良者を発見した際には、初期対応をしてもらう医師、保健師または看護師の方です。今回は、守谷第一病院の看護師であり、今大会にメディカルランナーとして出場した渡邊さんにお話を伺いました。

生まれも育ちも守谷の渡邊さん。みずき野地区の開発から、どんどん人が増えて発展していく様子を目の当たりにしてきたそうで、「転校生が多かったことを覚えてます。あと、守谷駅はもっと小さかったですね」と当時の守谷を振り返りました。

マッサージ指圧師である母親を見てきた渡邊さんは、子どもの頃から身体に携わる仕事がしたいと考え、看護の道に。守谷第一病院の看護師として婦人科、内科、小児科などさまざまな分野を経験し、現在は、手術室勤務のほか、夜間の救急外来の当直勤務もあるのだとか。「自分が対応したことで、その人の命をつなぐきっかけになれば嬉しい」と看護師としてのやりがいを語ってくれました。

病院の先輩に誘われ、さまざまな地域のマラソン大会に出場するようになった渡邊さん。守谷ハーフマラソン救護スタッフを指

揮する柴田智行医師とは、救命の講習などでご縁があり、ランナーとしても交流があるそうです。そんなつながりから、「地元の大イベントで、何かあった時に少しでも力になれば」と思い、2015年からメディカルランナーとして走るようになりました。

特に周囲の方の体調に気を配りながら走ることを心がけているそうで、「今大会も、足を伸ばしている方がいたので、救護呼びますか？」と声をかけました。雨だど、低体温症も心配ですね」と、看護師目線でランナーを見守りました。

「運動は特別なものでなくても大丈夫。散歩や体を伸ばすなど、無理のないものを続けてみてください。私も自分の健康のために、これからもランニングを続けていきます」と市民の皆さんへ温かいメッセージを届けてくれました。

マラソン当日かか
けていたタスキ
には、守谷第一病
院の理念が。



疾走中、カメラに
笑顔で写ってく
れました。とっ
ても元気な走り
です！

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

