



ごか

五霞町 広報



道の駅ごかりニューアルオープンイベント

主な目次

- ◇平成25年度五霞町水防計画について……………2・3
- ◇コミュニティ交通試験運行について……………4・5
- ◇茨城県知事選挙について……………6



五霞町イメージキャラクター
「ごかりん」

水害に備える ～平成25年度 五霞町水防計画～



**大雨や台風による災害
は毎年発生しています**

日本は、季節の変わり目に梅雨前線や秋雨前線が停滞し、しばしば大雨を降らせます。また、7月から10月にかけては日本に接近・上陸する台風が多くなり、大雨、洪水、暴風などをもたらします。特に、傾斜の急な山や川が多い日本は、台風や前線の大雨によって、川のはん濫や山崩れ、がけ崩れなどが発生しやすく、人々の生活や生命が脅かされるような自然災害が毎年のように発生しています。

近年は、短期間に非常に激しい雨が局地的に降る豪雨も頻発しています。被害を最小限に食い止めるには、日頃の訓練と防災意識の高揚が必要です。

そのため町消防団では、出水期を前に6月9日に利根川栗橋流域水防事務組合主催による水防訓練（久喜市栗橋地先）に参加し、実働訓練を行うなど、水害時の体制に万全を期しています。



水防計画

本格的な出水期を迎えるにあたり、町では水防計画書を作成し、洪水対策を行っています。

6月25日、中央公民館講堂において、行政区長及び消防団員を対象に水防計画書の説明会を開催し、不測の事態への対応について話し合いを行いました。

水防計画の詳細は、町ホームページをご覧ください。

○お問い合わせ

総務課 行政・防災G
☎(84) 11111 (内線211)



水害に備え準備しておく物・避難する際に持っていく物

(参考例)

非常食

3日分程度の食料品は用意しましょう（加熱しないで食べられるもの）
水、乾パン、缶詰、缶切、ビスケット、チョコレート

救急セット

包帯、はさみ、ガーゼ、ばんそうこう、傷薬、脱脂綿、家庭常備薬、三角巾

衣類

衣服類、下着、タオル、軍手、靴下

その他

現金、通帳、印鑑、権利証、健康保険証、懐中電灯、電池、マッチ、ライター、ろうそく、携帯ラジオ、ミルク、おむつ、卓上コンロ、固形燃料、筆記用具、石けん

「特別警報」の発表を開始します。

気象庁はこれまで、大雨や津波、高潮などにより重大な災害の起こるおそれがある時に、警報を発表して警戒を呼びかけていました。より甚だしい大雨や大きな津波等が予想され、重大な災害による危険性が高まっていることをお知らせし、特別な警戒を呼び掛けるために、新たに「特別警報」を発表します。

特別警報の対象とする現象は「東日本大震災」、紀伊半島に甚大な被害をもたらした「平成23年台風第12号」の豪雨等が該当します。

特別警報が出た場合、お住まいの地域は数十年に一度しかないような非常に危険な状況にあります。屋外の状況や、避難指示・勧告等に留意し、ただちに命を守るための行動をとってください。

また、大雨等の被害を防ぐには、時間を追って発表される注意報、警報やその他の気象情報を活用して、早め早めの行動をとることがあなたや家族の命を守ります。

お問い合わせ

水戸地方気象台防災業務課
☎ 029(224)1106

水害時の避難

大雨	気象台が発表する気象情報	市町村の対応	住民の行動
<p>約1日程度前 大雨の可能性が高くなる</p> <p>↓</p> <p>半日～数時間前 大雨始まる 強さ増す</p> <p>↓</p> <p>数時間前 ～2時間程度前</p> <p>↓</p> <p>大雨が一層 激しくなる</p> <p>↓</p> <p>被害の拡大が 懸念される</p>	<p>土砂災害 浸水害 洪水</p> <p>大雨に関する気象情報 警報・注意報に先立ち発表</p> <p>大雨注意報 洪水注意報 警報になる可能性がある場合はその旨記述</p> <p>大雨に関する気象情報 雨の状況や予想を適宜発表</p> <p>大雨警報 (土砂災害) 大雨警報 (浸水害) 洪水警報 大雨の期間、予想雨量、警戒を要する事項などを示す</p> <p>大雨に関する気象情報 刻一刻と変化する大雨の状況を発表</p> <p>土砂災害警戒情報 土砂災害の危険度がさらに高まった場合に発表</p>	<p>担当職員との連絡態勢確立 気象情報や雨量の状況を収集</p> <p>注意呼びかけ (防災行政無線など)</p> <p>警戒すべき区域の巡視</p> <p>避難場所の準備・開設 必要地域に避難準備 (要援護者避難) 情報発令 応急対応態勢確立</p> <p>必要地域に避難勧告発令 避難呼びかけ (防災行政無線・広報車など) 必要地域に避難指示発令</p>	<p>気象情報に気をつける テレビ、ラジオ、気象庁ホームページなどから最新の気象情報入手 窓や雨戸など家の外の点検 避難場所の確認 非常持ち出し品の点検</p> <p>避難の準備をする 危険な場所に近づかない 日頃と異なったことがあれば、役場などへ通報</p> <p>避難場所へすぐに避難</p>

・数年に一度の猛烈な雨を観測した場合には「記録的短時間大雨情報」を発表します。

避難指示などの種類	町からの呼び掛けの内容	とるべき行動
① 避難準備	<p>町民のみなさん、台風・大雨の影響により「利根川・江戸川」が氾濫する恐れがあります。</p> <p>避難の準備をしてください。</p> <p>避難の準備をしてください。</p>	<ul style="list-style-type: none"> いつでも避難できるように、避難の準備をしましょう。 防災行政無線等の広報を注意して聴きましょう。 お年寄りや子どもは、早めに避難させましょう。
② 避難勧告	<p>町民のみなさん「利根川・江戸川」の堤防が決壊する恐れがあります。</p> <p>避難を始めてください。</p> <p>避難を始めてください。</p> <p>【避難勧告発令時のサイン】</p> <p>《サイレン信号》 ● 60秒 ● 60秒 ● 60秒 5秒休止 5秒休止</p> <p>《警鐘信号》 乱打</p>	<ul style="list-style-type: none"> お互いに助け合って、最寄の避難所に、速やかに避難を始めましょう。 自動車による避難はできるだけ避けましょう。
③ 避難指示	<p>町民のみなさん「利根川・江戸川」の堤防が〇〇地先で決壊する危険があります。</p> <p>直ちに避難してください。</p> <p>直ちに避難してください。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 最寄の避難所に直ちに避難しましょう。

五霞町コミュニティ交通の試験運行を開始します

〜平成25年10月に運行を開始予定〜

町では、現在の路線バス（五霞町役場〜幸手駅）とは別に、少子高齢社会に対応できる移動手段の確保や公共交通不便地域を解消し、町で生活ができる環境を整備するため、昨年度から住民によるワークショップ会議を開催して、様々な角度から町にふさわしい公共交通システムを検討してきました。

その結果、町全域を対象として、決まった時間に決まったルートを運行するコミュニティ交通運行計画を策定し、現在、この運行計画に基づき、平成25年10月からの試験運行に向けて準備を進めています。

今回は、このコミュニティ交通の運行内容をお知らせします。
なお、これらに関する情報は引き続き広報紙等でお知らせしますので、みなさんのご理解ご協力をお願いします。



運行に使用する車両と同型

コミュニティ交通運行計画の概要

■ 事業期間

試験運行期間は、平成25年10月から平成26年9月30日まで1年間とします。

■ 運行方法

小型バス車両1台を使用して、路線バスと同様に決まったルート・時間に運行

■ 使用する車両

小型バス車両（乗車定員37人で座席数は13人）

■ 運行ルート

① 朝晩ルート：朝晩の通勤通学の利便性を重視して、江川本村ほんそん〜南栗橋駅間を往復する運行
所要時間は片道約20分

② 日中ルート：日中の買い物や通院時の利便性を重視して町内を2地区（東・西）に分け曜日別に運行
所要時間は、東・西ルートともに1周約60分

■ 運行事業者

朝日自動車株に内定

■ 運行体制

運行計画、利用促進、周知活動等をワークショップのメンバーを母体とする運営協議会が担い、住民・町・運行事業者が連携しながら、コミュニティ交通の試験運行に取り組みます。



■ 運行日・出発時間

月曜日〜土曜日
※日曜日

各ルートの運行日

ルート		運行する曜日
朝晩	江川本村 <small>ほんそん</small> 〜南栗橋駅	月〜土
日中	東ルート	月・水・金
	西ルート	火・木・土

出発時刻（予定）

ルート		出発時間（予定）		
江川本村発 (朝晩ルート)	朝 (5便)	6:00	6:40	7:20
	晩 (5便)	8:07	8:47	
ベシア発 (日中ルート) (5便)		16:31	17:12	18:13
		19:32	20:13	
		10:05	11:10	12:10
		13:25	14:25	

■ 運賃

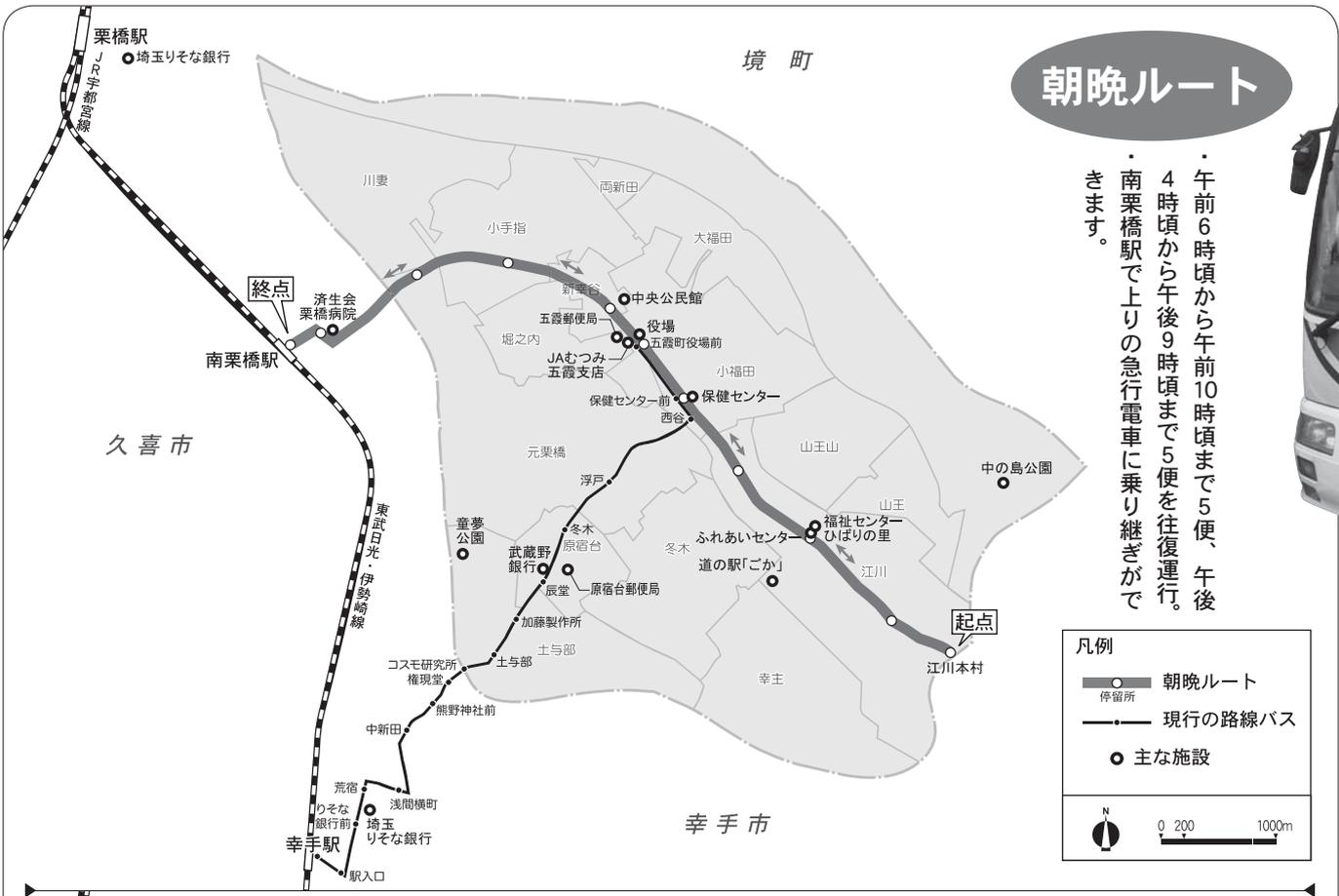
大人（中学生以上） 200円
小学生 100円
障害者 100円
未就学児 無料
※運賃は、1回の乗車運賃です。

■ 停留所（乗降場所）

停留所は、公共施設や集会所、住宅の多い付近で、かつ安全に車両が停車できる場所に設置します。



公共交通システムの取り組み



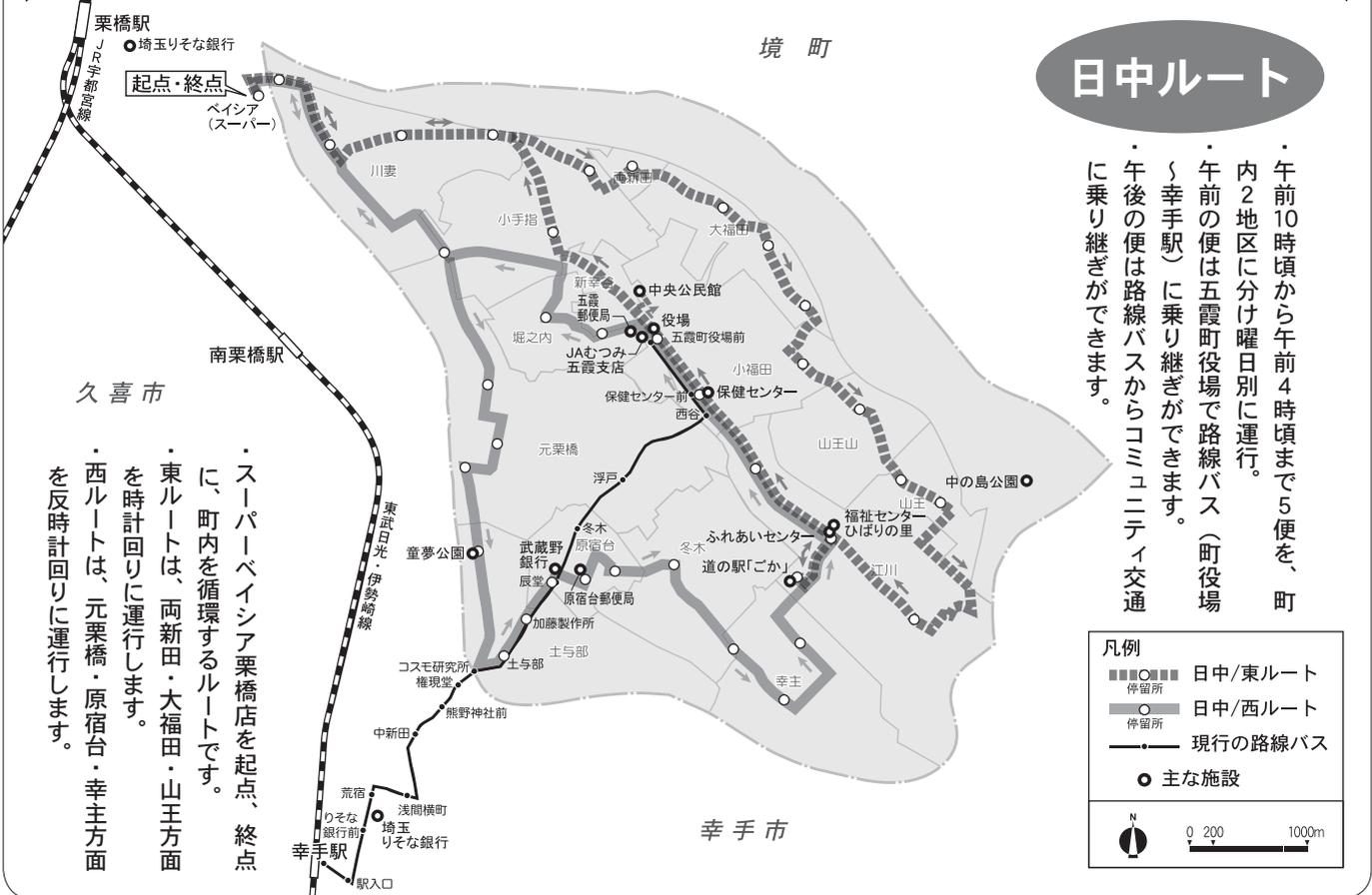
朝晩ルート

- ・午前6時頃から午前10時頃まで5便、午後4時頃から午後9時頃まで5便を往復運行。
- ・南栗橋駅で上りの急行電車に乗り継ぎができません。

凡例

- 朝晩ルート 停留所
- 現行の路線バス
- 主な施設

0 200 1000m



日中ルート

- ・午前10時頃から午前4時頃まで5便を、町内2地区に分け曜日別に運行。
- ・午前の便は五霞町役場で路線バス（町役場・幸手駅）に乗り継ぎができます。
- ・午後の便は路線バスからコミュニティ交通に乗り継ぎができます。

凡例

- 日中/東ルート 停留所
- 日中/西ルート 停留所
- 現行の路線バス
- 主な施設

0 200 1000m

・スーパーベイシア栗橋店を起点、終点に、町内を循環するルートです。

・東ルートは、両新田・大福田・山王方面を時計回りに運行します。

・西ルートは、元栗橋・原宿台・幸手方面を反時計回りに運行します。

これからのスケジュール

10月からの試験運行までに、バス停を設置し、詳しいバスマップや時刻表を住民の皆さんへ配布します。

また、試験運行期間中に、利用状況調査やアンケート調査などを行いながら、ルートやダイヤ等の見直し、運賃割引制度などを検討していきます。

茨城県知事選挙のお知らせ

投票日は9月8日(日)です

茨城県知事の任期満了に伴い、茨城県知事選挙が次のとおり行われます。

○告示日

8月22日(木)

○投票日

9月8日(日)

○投票時間

午前7時～午後6時

※投票所の閉鎖時刻にご注意ください。

○投票所

町内7投票所(下表参照)

※投票所の場所は、投票所入場券に記載されています。

※第5投票区投票所の場所にご注意ください。

○開票

即日開票で午後8時から中央公民館講堂で行う予定です。

期日前投票

投票日に仕事やレジャー・冠婚葬祭等のため投票所に出かけられない方は、投票日前でも投票することができます。

○投票できる期間・時間

8月23日(金)～9月7日(土)

午前8時30分～午後8時

※土・日も投票できます。

○場所

五霞町役場小会議室

○持参するもの

郵送された投票所入場券

※入場券については、茨城県知事選挙の告示日にあわせて発送します。



投票所一覧

投票所名	場 所	対象行政区
第1投票区投票所	元栗橋会館	元栗橋
第2投票区投票所	川妻保育園	川妻・小手指・両新田
第3投票区投票所	B&G 海洋センター	堀之内・新幸谷
第4投票区投票所	小福田生活改善センター	小福田・大福田
第5投票区投票所	福祉センターひばりの里	山王山・山王・江川
第6投票区投票所	幸主浄徳院	幸主・冬木
第7投票区投票所	原宿台コミュニティセンター	土与部・原宿台

※投開票の会場となる施設では、選挙事務に使用するため9月6日(金)から9日(月)までの間、一般の利用ができない場合がありますので、ご協力お願いいたします。

※第5投票区投票所が、ふれあいセンター大規模改修工事に伴い、福祉センターひばりの里になります。

○期日前投票立会人を募集します

■仕事内容

投票が公正に行われているか立会いをしていただきます。

■応募資格

五霞町の選挙人名簿に登録されている方(満20歳以上の日本国民で、引き続き3カ月以上五霞町に住んでいる方)

■立会日時

上記の期日前投票期間で、従事が可能な日(ただし、1日単位)

・午前8時30分～午後8時

※立会希望日は、複数日可能です。

■報酬 1日 9,500円

■お申し込み方法

選挙管理委員会にお越しいただくか、応募用紙をホームページでダウンロードし、必要事項を記入のうえ、選挙管理委員会に持参、FAXまたは電子メールにて応募してください。

■お申し込み期間

8月5日(月)～14日(水)

■その他

・従事日数等については、応募締切後、町選挙管理委員会からご連絡のうえ調整させていただきます。
・応募状況により、ご希望に添えない場合がありますので、ご了承ください。

■お問い合わせ

五霞町選挙管理委員会事務局
☎(84)1111 (内線228)

平成24年度五霞町役場温室効果ガス削減計画実施結果

役場では第2次五霞町役場温室効果ガス削減計画（平成19年～平成24年度の6年計画）に基づき、地球温暖化の原因とされる温室効果ガスの削減に取り組んできました。

内容は、基準年（平成17年度）に対し電気使用量が約7.2%、公用車燃料使用量が約5.5%をそれぞれの削減目標としています。

実施結果について

①電気使用量

電気使用量は表1のとおりです。

平成24年度は、基準年に対して42,000kwhの削減を目標としていましたが、目標を大きく上回る107,325kwhの削減ができました。

②公用車燃料使用量

公用車燃料の使用量は表2のとおりです。

平成24年度、役場で管理している公用車は40台あり、基準年に対して1,5000lの削減を目標にしましたが、結果は目標を大きく上回る4,3290lの削減ができました。

③二酸化炭素排出量

電気使用量の実施結果を二酸化炭素に換算すると、257,088kgを排出したこととなり、基準年からは59,029kgを削減することができ

ました。一方、公用車燃料使用量では53,179kgを排出したこととなり、基準年からは10,043kgの削減ができました。

電気使用量及び公用車燃料使用量の二酸化炭素削減量を合わせると、69,072kgという結果です。

一般家庭において排出される二酸化炭素の量は、年間で約5,900kgといわれておりますので、平成24年度については、約12世帯分の二酸化炭素を削減できたこととなります。

④今後について

第2次五霞町役場温室効果ガス削減計画の計画期間が満了し、今年度から新たな第3次計画（平成25年度～平成32年度の8年計画）に基づき、温室効果ガスの削減に取り組んでいます。

なお、第3次計画による新たな削減目標は、平成32年度までに、基準年（平成17年）に対して電気使用量を9.6%、公用車燃料使用量を5.6%の削減としております。

(単位：kwh)

表1

施設名	基準年の電気使用量	平成24年度		比較増減(対基準年)	削減率(対基準年)
		年間電気使用目標値	実施結果		
五霞町役場本庁舎	236,821	219,871	197,260	△39,561	△16.7%
五霞ふれあいセンター	28,617	26,517	28,223	△394	△1.4%
こか西児童館	13,833	12,783	8,286	△5,547	△40.1%
こか南児童館	12,807	11,907	12,243	△564	△4.4%
保健センター	67,764	62,724	63,193	△4,571	△6.7%
中央公民館	118,423	109,603	85,206	△33,217	△28.0%
B&G海洋センター	96,492	89,352	73,021	△23,471	△24.3%
合計	574,757	532,757	467,432	△107,325	△18.7%

(単位：l)

表2

基準年の燃料使用量	平成24年度		比較増減(対基準年)	削減率(対基準年)
	年間燃料使用目標値	実施結果		
27,251	25,751	22,922	△4,329	△15.9%

今後更なる削減に向け、各種施策を展開していく予定です。

お問い合わせ

建設環境課 生活環境G
☎(84)3618 (直通)

防災行政無線を用いた全国一斉緊急情報 伝達試験のお知らせ
(総務課)

9月11日(水)午前11時頃と午前11時30分頃の2回実施します。

町では、地震や武力攻撃などの災害時に、全国瞬時警報システム(※J-ALERT)から送られてくる国からの情報を、確実にみなさんにお伝えするため、町内で緊急情報伝達手段の試験として、次のとおり行政防災無線の試験放送を行います。

※J-ALERTとは、地震・津波や武力攻撃などの災害時に国から送られてくる緊急情報を人工衛星などを活用して瞬時に情報伝達するシステムです。

○防災行政無線の放送

次の放送内容が一斉に放送されます。

「これは、試験放送です。」×3回

○注意

- 五霞町以外の地域でも、全国的に様々な情報伝達手段で試験が実施されます。
- 試験当日、災害発生・気象状況により、中止する場合があります。

○お問い合わせ

総務課 行政・防災G
☎(84)1111 (内線211)



道の駅ごかりリニューアル
オープンイベントが
開催されました



7月6日、道の駅ごかでリニューアルオープンイベントが開催されました。

今回のリニューアルでは、軽食・催事コーナー・宝くじ売場を集約した新店舗の増設のほか、屋根上への看板設置、空調設備の強化など、購買、飲食環境の向上が図られました。

当日は、セレモニーをはじめ、よさこい五霞愛好会のよさこいソーラン、打魂響心による和太鼓演奏などが催され、リニューアルオープンに華を添えました。

行幸湖クリーン作戦が
実施されました

7月7日、権現堂調節池において行幸湖クリーン作戦が実施されました。

今年で第19回を迎えた行幸湖クリーン作戦は、幸手市、久喜市との3市町合同で行われ、本町においては各種ボランティア団体や企業などから約240名の方が参加しました。

回収されたごみの量は約230kgとなりました。

今後とも、より一層の環境美化に向け、ごみの分別を正しく行い、ペットボトル・空き缶などは、リサイクルするよう心がけましょう。



節電リーダー任命式を
行いました



7月4日、五霞東・五霞西小学校5・6年生の152名に「節電リーダー」任命書の交付を行いました。

主な仕事は次のとおりです。

- ① エアコンの設定は、冷房28℃以上、暖房20℃以下にしよう。
- ② 冷蔵庫は、詰めすぎたり何度も開け閉めしないようにしよう。
- ③ 使っていない部屋の電気は必ず消そう。
- ④ 使っていない家電のコンセントは抜いておこう。

節電リーダーのみなさんには、平成26年3月31日まで節電推進にご協力いただきます。

生活習慣病予防教室が
開催されました

6月17日、27日の2日間コースで生活習慣病予防教室が開催されました。

1日目は、原宿台の山中歯科クリニックの山中正彦先生から、『生活習慣病と歯周病予防』について、講演がありました。参加者のみなさんは、歯肉炎や歯周病と生活習慣病との関連について、講話を聞きました。また、検査用ガムを噛み、自身の噛む力をみたりするなどし、口内健康の大切さを実感しました。

また、2日目は調理実習と歯みがき指導を行い、日々の食生活や歯みがきの大切さについて学びました。何気なく行っている歯みがきですが、正しく歯ブラシを当てることで、歯周病の予防になります。

参加者のみなさんは、ご自身の生活習慣を見直す機会になったようです。



**第50回交通安全
子ども自転車茨城県大会が
行われました**

7月3日、ひたちなか市総合体育館において、県内27チームが出場し「交通安全子ども自転車茨城県大会」が開催されました。

当日は、五霞東小学校が境地区の代表として出場し、選手たちは緊張しながらも日頃の練習成果を発揮しました。

惜しくも入賞は逃してしまいましたが、県大会出場が決まってきたから講師による指導や厳しい練習を積み重ねることにより、自転車走行時の交通安全の意識はもちろん、全員で協力して取り組むことでチームワークの大切さを学ぶことができ、貴重な経験をしました。



**きのこ音頭キャラバンが
開催されました**



6月24日、五霞幼稚園にて、ホクト株式会社主催による「きのこ音頭キャラバン」が開催されました。きのこ音頭キャラバンとは、「きのこの組」にいるキャラクターと一緒に踊ったり、きのこの勉強をしたりするイベントです。

当日は、五霞町のイメージキャラクター「ごかりん」も参加し、きのこの組のキャラクター「まいたけちゃん」と一緒に、幼稚園児とテレビCMなどでお馴染みのきのこ音頭を踊ったり、きのこの食育のお話をクイズを交えながら聞きました。

**第26回B&Gスポーツ水泳
大会茨城県大会が開催され
ました**

7月6日、常陸太田市水府B&G海洋センタープールにおいてB&Gスポーツ水泳大会茨城県大会が県内9市町10カ所の海洋センターから、各種目延べ93名の参加により開催され、町からは5名が参加しました。

なかでも、大橋温紀さんが小学5・6年生男子平泳ぎの部で準優勝、自由形の部では第3位に輝きました。

また、大橋温紀さんは「2013 B&G全国ジュニア水泳大会」（8月17日、東京辰巳国際水泳場）へ出場します。全国大会でも活躍が期待されます。



まち・体育協会関係大会結果

■第19回 B&G
ソフトバレーボール大会

- 期日 6月9日
- 場所 B&G海洋センター
- 参加 6チーム 約30名
- 結果 優勝 チーム高山
準優勝 One(ワン)
第3位 チーム松本



■第18回

体協会長杯バレーボール大会

- 期日 6月16日
- 場所 B&G海洋センター
- 参加 約40名
- 結果 優勝 オリーブ
準優勝 ブーケ
第3位 クレア



児童館 こどもの広場

8月の行事予定

西児童館 ☎(84)2321

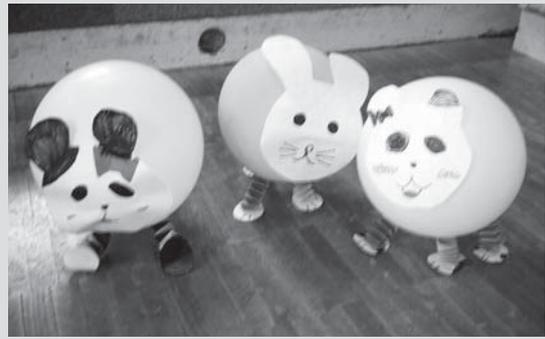
- ・ゲーム大会 (母親クラブ主催) 3日(土)
- ・カメレオン大会 12日(月)
- ・スライム作り 21日(水)
- ・夏祭り 28日(水)
- ・避難訓練 30日(金)

南児童館 ☎(84)3456

- ・スライムを作ろう 1日(木)
- ・紙飛行機を飛ばそう 6日(火)
- ・プールで遊ぼう 20日(火)
- ・ドッジボール大会 28日(水)



風船のふわふわ動物 〜西児童館〜



6月6日、西児童館において「風船のふわふわ動物」を作りました。まず、風船をふくらませてしっかりと結びます。次に薄い紙に好きな動物の顔を描いて切り抜きます。足は、紙テープ2本を交互に編んで作り、風船にそれぞれ貼りつけると出来上がりです。出来上がった風船の動物をうちわでやさしく扇ぐとふわふわ歩き、その歩き方がとてもかわいくてみんなで笑ってしまいました。

蛙とびレース 〜南児童館〜



6月10日、南児童館において「蛙とびレース」を行いました。初めに、広い体育館の半分まで、蛙とびをした後に、折り紙で作った蛙を指で押して、飛ばします。上手に遠くまで飛ばしている子や、少しずつ何回も飛ばしている子もいました。ゴールしたときには、とても嬉しそうでした。

おはよう
ございます!

マナーアップ キャンペーン 〜あいさつ運動〜

五霞中学校

あいさつは人と人とのつながりの基本。つながりの中から思いやりがうまれます。絆を大事に、朝の時間帯に、五霞中学校ではマナーアップキャンペーンとして、あいさつ運動を実施しています。

ふだんは生徒会役員や生活委員会生徒が、登校する生徒に元気なあいさつをしています。6月25日は、中学生だけでなく保護者にも呼びかけにご参加いただき、教育委員会や小福田と元栗橋の両駐在さんにもご協力いただき、一大イベントとなるキャンペーンを行いました。

また、東小・西小の卒業生、10名程度がそれぞれの母校でもあいさつ運動を行いました。今回のあいさつ運動では、担当でない生徒も参加し、意識の高まりを感じました。今回参加した生徒の感想のほんの一部を、抜粋してご紹介します。

・人と人があいさつすると朝から元気が出るの、これからはこのような機会がなくても自然にあいさつができるようにしたいです。

・このあいさつ運動をきっかけに近所の人やいろいろな人にきちんとあいさつできるようなりたいと思いました。

・私たちがあいさつすると小学生が元気よく返してくれてとてもうれしかったです。小学生の声はとても大きくて、私たちも「もっと大きな声で、あいさつしないと」と思いました。



ごかの お知らせ

(No.455)

お知らせ

取り壊し、新築・増築した家屋等はありますか？

(町民税務課)

固定資産税は、毎年1月1日に土地や家屋を所有している方に課税されます。今年中に家屋等を取り壊したり、新築・増築を予定している方(またはお済みの方)は、お早めにご連絡ください。

○お問い合わせ

町民税務課 税務G
☎ (84) 1966 (直通)

**住基カードは
公的な証明書としても
使えます**

(町民税務課)

住民基本台帳カード(住基カード)は電子申告等に必要なものである他、写真付きの場合には運転免許証などと同様に公的な証明書としてもお使いいただけます。公的な証明書をお持ちでない方は、ぜひ住基カードを取得してください。

※交付申請の手続きには一定の要件がありますので、お問い合わせのうえお越しください。

○お問い合わせ

町民税務課 町民G
☎ (84) 1965 (直通)

**福受給者証の更新は
お済みですか？**

(町民税務課)

6月に新しい受給者証の更新(乳幼児・妊産婦を除く)を行いました。まだ手続きがお済みでない方は、医療費の給付が受けられない場合がありますので、速やかに手続きをしてください。

○お問い合わせ

町民税務課 町民G
☎ (84) 1965 (直通)

**児童扶養手当現況届を
提出してください**

(健康福祉課)

○児童扶養手当制度とは
児童扶養手当とは、父母の離婚や死亡などにより、ひとり親となった家庭の生活の安定と自立の促進を目的として支給される制度です。(支給要件があります。)

現在、この手当を受給されている方は、毎年8月末までに現況届を提出しなければなりません。この届けを提出しないと8月以降の手当てが受けられまので、ご注意ください。

なお、該当者の方には現況届提出のお知らせ通知を送付いたします。

○お問い合わせ

健康福祉課 社会福祉G
☎ (84) 0006 (直通)

**児童扶養手当を受給
しているみなさんへ**

(健康福祉課)

茨城県では、児童扶養手当を受給されている方の就労を支援するため、「母子自立支援プログラム策定事業」を実施しています。

就労や転職にあたり、母子自立支援プログラム策定員が個別の状況に応じて就労に向けた計

画を策定し、ハローワーク等との連携をとりながら自立をサポートする事業です。
詳細については、お問い合わせください。

○お問い合わせ

健康福祉課 社会福祉G
☎ (84) 0006 (直通)

**後期高齢者医療の限度
額適用・標準負担額減
額認定について**

(町民税務課)

この制度は、後期高齢者医療の被保険者が、月に支払う治療費や入院時の食事代を自己負担限度額までにとどめるものです。

世帯の所得状況を判定し、対象となる方に「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付します。(世帯の中に住民税が課税されている方がいる場合は、対象になりません。)

○申請 町民税務課②窓口

○持参するもの

・保険証
・印鑑

○お問い合わせ

町民税務課 町民G
☎ (84) 1965 (直通)

たんぽぽクラブからのお知らせ

8月のたんぽぽクラブは、園庭を解放しております。
熱中症対策をして是非遊びに来て下さい。

場 所：五霞第一幼稚園・川妻保育園園庭
利用時間：毎週月～金曜日

AM9:30～11:30/13:00～15:00

※8/13～16のお盆期間中はお休みです。

☆クラス活動は9月9日からとなります。詳しくはお問い合わせ下さい。

五霞第一幼稚園・川妻保育園・子育て支援センター
☎0280-84-0762 <http://www.kodomo-no-sono.or.jp> (担当:長島・小平)

むさしのメディカルクリニック

内科・眼科・外科・整形・肛門科・神経内科
受付時間 AM8:30～11:30 / PM2:00～6:00

※診療科ごとに受付時間が異なりますので、
ホームページよりご確認ください。

白内障手術・レーザー治療・上下内視鏡検査

幸手市北モール向側 ☎0480-40-6001



ホームページは
むさしのメディカルで検索

※お問い合わせの「G」は「グループ」を表します。

農業の適正な使用について

(産業課)

夏になり農業を使用する機会が増えますが、農業の使用は必要最低限にとどめ、農業以外の方法も検討しましょう。

農業を使用する際は、商品のラベルに記載してある注意事項を必ず確認してください。使い慣れた農業であっても、「効果薬害等の注意」や「安全上の注意」など忘れていることがないか使用する前によく読み、適切に使用しましょう。

○お問い合わせ

産業課 地域産業G

☎(84)2582 (直通)

シルバリーハビリ体操指導士3級養成講習会

の開催

(健康福祉課)

茨城県では、高齢者の介護予防を推進するため「シルバリーハビリ体操」の普及を進めており、この体操を普及するボランティアとして「シルバリーハビリ体操指導士」を養成しています。

町でも、介護予防事業（元氣はつらつクラブ他）などでシルバリーハビリ体操指導士（公民館の講座・いきいきサロン他）

が、必要不可欠な存在になっており、今後も普及啓発活動を進めていくためにも、下記の会場で養成講習会を実施します。いきいきとした地域づくりのために、あなたもシルバリーハビリ体操指導士になって一緒に活動してみませんか？

○募集人員 20人（定員になりしだい締め切ります）

○お申し込み資格

60歳以上で常勤の職業についていない町民で、認定後に地域活動に参加できる方

※緊急のやむを得ない事情を除き、全日程にご参加ください。

※50歳代の方も申し込みいただけますが60歳以上の方の募集が上回った場合は、受講できませんので、ご承知ください。

※認定後は、シルバリーハビリ体操指導士会に加入し会を通して活動していただきます。

○講習内容

介護予防とリハビリテーションの推進、解剖生理学、老化と病気、高齢者の食生活等

○実技内容

いきいきヘルス体操、いきいきヘルスいっばつ体操他

○受講料

無料（ただし交通費、昼食代は各自負担）

○開催日時・場所

開催日		開催時間	開催場所
①	11月5日(火)	午前9:45～正午・午後0:45～3:45	茨城県立健康プラザ
②	11月7日(休)	午前10:00～正午 午後0:45～午後4:00	五霞町ふれあいセンター (11月7日と11月19日の午前中の講義は、ひばりの里会議室になります)
③	11月11日(月)		
④	11月13日(休)		
⑤	11月15日(金)		
⑥	11月19日(火)		
⑦	11月25日(月)		
⑧	11月29日(金)	午前9:45～正午・午後0:45～3:45	茨城県立健康プラザ

○お申し込み期間

8月1日(木)～9月30日(月)
(ただし、土・日・祝日を除く)

○お申し込み方法

窓口または電話で申し込みください。

○その他

11月5日(火)と29日(金)は、町バスで送迎します。

○お問い合わせ

健康福祉課 高齢者支援G
☎(84)0006 (直通)

今年金婚式(入籍50年目)を迎える方へ

(健康福祉課)

9月16日(月)に高齢者福祉大会を開催します。

その中で、今年入籍50年目を迎えられるご夫婦をお祝いしますので、お申し込みください。

○対象者

今年度金婚(入籍50年目)を迎えられる町内在住のご夫婦(昭和38年4月1日から昭和39年3月31日までに入籍のご夫婦)

○お申し込み期間

8月23日(金)まで

※期日までにお申し込みいただいた方をお祝いしておりますので、対象の方は忘れずにお申し込みください。

○その他

五霞町に本籍地がない方は、戸籍謄本(婚姻期日が明記されているもの)をご持参ください。

○お申し込み・お問い合わせ

健康福祉課 高齢者支援G
☎(84)0006 (直通)

9月よりスタート!!

びびよクラブ「0.1歳児対象親子広場」

<日時> 9月24日(火)①10:15～11:00
②11:00～12:00

<受付> 9月2日(月)10:00～TELにてご予約下さい。

<場所> 子育て支援センター

※詳細は、ホームページ又は、直接、園までお問い合わせ下さい。

★未就園児教室の情報誌「ほほえみ通信」をご希望の方は、お気軽にご連絡下さい。

五霞子育て支援センター 担当: 佐々木

茨城県猿島郡五霞町栗橋1563-3 ☎0280-84-3788



五霞幼稚園・保育園
ホームページ

保存版 安くて早い便利屋さんです

フリーダイヤル ☎0120-915-142(年中無休)

- ・炊事・洗濯・掃除等・その他・短期間、定期間どちらでも
- ・家具移動・風呂・トイレ・キッチン・換気扇清掃・各三千元～
- ・物置取り壊し一万五千元～・雨樋掃除・水漏れ修繕各二千元～
- ・粗大ゴミ・不要品回収・庭木剪定草刈・害虫駆除各三千元～
- ・犬猫小鳥魚猛禽類・愛玩ペット等でお困りの方引き取ります
- ・お買い物に同行や代行千円～その他何でもご相談ください

古物承認可 茨城県公安委員会 第401260001554号

株式会社 ライフサポート・24

〒306-0433 茨城県猿島郡境町松岡 2132-1 電話 0280-87-3237

広告

広告

町内交通危険箇所確認 作業の実施について

(総務課)

毎年、この時期になると道路上に木の枝や竹等が伸び、交通標識やカーブミラーなどに覆い被さり、道路の見通しが悪くなり、交通安全上非常に危険になります。

道路に面した宅地や山林の土地所有者におかれましては、交通安全確保のため、道路に伸び出した木の枝や竹等のこさ切りをお願いいたします。

また、今年度も境地区交通安全協会五霞支部並びに境警察署による「交通危険箇所の確認作業」を8月5日(日)に実施します。

当日の主な活動は、町内を巡視し、交通標識やカーブミラー等の交通施設の設置・破損状況を確認することですが、木の枝や竹等の伸び出しにおける交通危険箇所があった際は、土地所有者の方にお声をおかけする場合がありますので、ご理解ご協力をお願いします。

お問い合わせ

総務課 行政・防災G
(内線214)

国民健康保険税の 支払い方法の変更について

(町民税務課)

国民健康保険税を特別徴収(年金から直接天引き)により納付をいただいている方は、申し出により支払い方法を口座振替へ変更することができます。

なお、申し出の時期により特別徴収からの切替時期が変わりますので、ご注意ください。

また、すでに申し出をされている方は手続きの必要はありません。

お問い合わせ

町民税務課 税務G
☎(84)1966 (直通)

8月～11月は全国統一 農地パトロール 月間です

(農業委員会)

農地は国民の食糧を生産する基盤であり、国土保全や景観維持など公共財産ともいえるべき大切なものです。

農業委員会では、優良農地の保全及び営農環境整備の一環として、耕作放棄地の発生・防止や農地の無断転用の防止等を目的に年間を通して定期的に「農地パトロール」(農地の巡回点検指導)を実施しています。

また、これらの農地が確認さ

れた場合は、農地の所有者の方に対しての適正な管理指導も行っていきます。

大切な資源を次世代へつなぐうえでも皆さんの力で農地を守っていきましょう。

○農地転用には許可が必要です

必ず許可を

農地を住宅・倉庫・作業所など農地以外の目的に利用する場合には、事前に農地法に基づく転用の許可が必要です。資材置場や残土置場などのために一時的な利用をする場合も同様です。

○違反すると罰則の適用もあります

許可を受けずに行った農地転用は、農地法違反であり農地等の権利取得の効力が生じないだけでなく、都道府県知事より工事の中止、現状回復などを命じられる場合もあります。

○お問い合わせ

農業委員会
☎(84)2582 (直通)

岩井・境都市計画案の 変更・決定に伴う縦覧 について

(建設環境課)

都市の将来像を示す都市計画案(江川・幸主・冬木地区の一部)を作成するにあたり、都市計画案の縦覧を実施します。

都市計画案の内容に関して意見を述べることを希望される方は、縦覧期間内に意見書を提出することができます。

(郵送可)8月26日(月)必着

※意見書様式は、閲覧場所にあります。

○お問い合わせ

県庁都市計画課
☎029(301)4592

役場建設環境課

☎(84)3347 (直通)

都市計画の内容	縦覧期間	閲覧場所	意見書提出先
○県決定 区域区分の変更	8月12日(月)～8月26日(月) 午前8時30分～午後5時15分 ※土・日を除く	県庁都市計画課 または 役場建設環境課	〒310-8555 水戸市笠原町978番6 茨城県知事 橋本昌苑 (都市計画課扱い)
○町決定 都市計画道路の変更 用途地域の変更 土地区画整理事業の 決定 地区計画の決定	8月12日(月)～8月26日(月) 午前8時30分～午後5時15分 ※土・日を除く	役場建設環境課	〒306-0392 五霞町大字小福田1162 番地1 五霞町長 染谷森雄宛 (建設環境課扱い)

子どもを守る 110番の家協力者の みなさんへ

(教育委員会)

平成10年度から設置しております「子どもを守る110番の家」につきましては、日頃からご協力いただいております。現在のところ大きな事故・事件もなく、子どもたちも元気に通学しています。

しかし、最近の報道及び近隣市町村の状況等から、子どもたちを狙った不審者・変質者が頻繁に出没しております。

子どもたちが安全確保のために避難する場合がございますので、今後ともみなさんの一層のご協力をお願いします。

なお、現在使用しておりますステッカーに欠損等がございますら、新しいものと取り替えさせていただきます。また、新たにご協力いただける方についても、教育委員会までご連絡ください。

お問い合わせ

学校教育G
☎(84)1462



※お問い合わせの「G」は「グループ」を表します。

あぶない！用水路やため池で遊ばないで！

(産業課)

毎年、農作業が盛んになる4月から9月にかけて、用水路やため池の水位が高くなり、場所によっては水深が1メートル以上になる場合もあります。痛ましい事故を防ぐため、子どもたちが用水路やため池で遊ばないように、ご家族で話し合っていたいただくとともに、こうした場面を見かけたら、お声がけをお願いします。

お問い合わせ

五霞土地改良区 ☎(84)0005

個人事業税第1期分の納付について

(町民税務課)

個人で事業を行われている方は、一定の所得を超えた場合に、個人事業税が課税されます。

個人事業税の第1期分の納税通知書を8月中旬に送付しますので、9月2日(月)の納期限までに必ず納付願います。納税に便利な口座振替制度もあります。詳細は、茨城県筑西市税務事務所支所までお問い合わせください。

茨城県筑西市税務事務所

☎02880(87)1120

お問い合わせ

茨城県筑西市税務所総務課
管理担当
☎0296(24)9184

相談

消費生活相談窓口の

お知らせ

(産業課)

専門の相談員が町民のみならずの消費生活に関する問題やトラブルなどの相談に応じ、解決に向けたお手伝いをします。専門の相談員への相談は無料で、秘密は厳守いたします。お気軽にご活用ください。

日時

8月7日(水)
午前9時〜午後4時30分

(ただし、正午〜午後1時を除く)

場所

ひばりの里

お問い合わせ

産業課 地域産業G
☎(84)2582(直通)

生活相談のお知らせ

(総務課)

隣保事業(生活相談員)による生活相談(人権・福祉・教育・就業等)を実施しています。個人の秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

相談場所

◆ふれあいセンター
◆堀之内集会所

※各相談所の相談日時等については、ふれあいセンターまでお問い合わせください。

お問い合わせ

ふれあいセンター
☎(84)3595

募集

第17回五霞工業クラブ 軟式野球大会 参加チーム募集

(海洋センター)

五霞工業クラブ主催による軟式野球大会を次のとおり開催します。多くのチームの参加をお待ちしています。

日時

9月29日(日)・10月6日(日)
※予備日 10月13日(日)

場所

五霞中学校グラウンド
・キューピー(株)野球場

参加資格

五霞工業クラブ会員

参加費

1チーム 5,000円

本町在住または在勤者による合同社会人チーム

募集チーム数

16チーム

募集申し込み

8月6日(火)まで

※応募多数の場合は、事務局にて選考を行います。

お申し込み方法

9月13日(金)までに五霞工業クラブ事務局またはB&G海洋センターにある申込書に必要事項を記入のうえ、事務局へ提出してください。

責任者会議

参加が決定されたチームは、9月20日(金)の午後7時からB&G海洋センターミーティングルームにて行いますので、出席してください。

お問い合わせ

五霞工業クラブ事務局
☎(84)0764

B&G海洋センター
☎(84)3533

おやつ教室参加者募集

(健康福祉課)

日時

8月8日(木)
午前10時〜午後1時

(午前9時40分受付)

場所

保健センター

対象者

町内在住・在学・在勤の方

内容

簡単おやつ作り

定員

20名(先着順)

参加費

1人100円

持参する物

エプロン、三角巾

お申し込み期限

8月6日(火)まで

お申し込み・お問い合わせ
保健センター ☎(84)1910

我が家の主役募集

(総務課)

広報ごかでは、毎月「我が家の主役」と題し、3歳ぐらいまでのお子さまを掲載しています。このコーナーにあなたのお子さまを掲載してみませんか。

ご希望の方は、総務課または町ホームページにあります応募用紙に写真を添えてお申し込みください。なお、掲載は受け付け順となっており、一度掲載された方は見送らせていただきます。

お問い合わせ

総務課 企画政策G
(内線227)

広報ごかに広告を掲載しませんか?
この枠は半枠です

規格	掲載料(1ヵ月)
全枠 縦4.9cm×横18.2cm	20,000円
半枠 縦4.9cm×横9.0cm	11,000円

お問い合わせ 総務課 広報担当 内線227

一年を振り返って

副町長 田神 文明

五霞町にお世話になってから1年余り経ちました。

今回は、私の五霞町の印象等を記してみたいと思います。

私は、県職員でもあり、県内の市町村に関する様々な資料等を目にする機会も多く、かねがね五霞町は「道の駅ごか」が好評なことも含め、とても元気な町だと感じていました。

そんな折、偶然にも五霞町への内示があり、ぜひ元氣な五霞町の現状を目的の当たりにしたいと思ひ参りました。まず驚いたのが、町のあちこちで動いているクレーン車の数でした。圏央道、新4号、堤防強化事業等の工事が並行して進んでいて、こんなところは県内に見当たりません。

次に驚いたのが食べ物の、特にお米のおいしさでした。また、そばも食味調査をしたところ、山間部で収穫されたものと同等との結果も出ています。現在そば組合では焼酎を開発中です。

出来上りが楽しみです。

また、産業に目を向けてみますと、今年の4月5日付けの読売新聞に、平成22年度の1人当たり市町村民所得のトップは五霞町で、432万2千円という記事が掲載されました。この「1人当たり所得」とは企業所得等を含んだ町全体の所得水準であり、住民個人の給与や収入などの水準を示すものではありませんが、

同年の茨城県の1人当たり県民所得297万8千円(全国5位)のみならず、東京都の430万6千円(全国1位)も超えています。五霞町の人も企業もそれだけ元氣で、たくさん稼いだしているという証しだと思ひます。また資料によれば、五霞町の昼間人口は約13千人となっておりますので、近隣の自治体にも相当な数の就業の場を提供していると言えます。

五霞町は、四方を河川に囲まれているという地理的条件から、水道は茨城県の事業に参画できず、町単独で先行投資して整備してきたので、現在町財政に占める起債(借金)の比率が、他自治体と比べてやや高いというハンデはあります。しかし、歳入の7割近くを自主財源(税収等)が占め、東京から50キロ圏内に位置し、圏央道I.Cと国道の結節点が存在する五霞町の発展の可能性は、県内44市町村の中でもトップクラスにあると言えます。さらに町では、

新たな就労の場の提供や税収の確保、若者の定住化促進等更なる町発展の布石として、I.C周辺地区の開発を進めています。圏央道の開通、新4号の拡幅と相まって、数年後にこの地区は町の新たな顔となるとともに、町の姿もここ数年で大きく変わっていくものと思われまふ。

町長はあいさつの中で五霞町は茨城県の西の玄関口、シヨウウインドウというフレーズを良く使われます。私も、五霞町がシヨウウインドウとして今後も輝き続けますよう、精一杯努めてまいりますので、今後ともよろしくお願ひいたします。



茨城県警察官募集

○試験区分・受験資格

・男性警察官A、女性警察官A
昭和59年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学(短期大学除く)を卒業した人若しくは平成26年3月31日までに卒業見込みの人又は人事委員会が同等と認めた人

・男性警察官B、女性警察官B
昭和58年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた人で、警察官Aの受験資格に該当しない人

○第1次試験 9月22日(日)
○受付期限 8月20日(火)まで(消印有効) ※インターネット(電子申請) 8月19日(月)午後5時まで受信有効

○お問い合わせ
境警察署 ☎01110 または最寄りの駐在所にお問ひ合わせください。

猿島コミュニティセンター 小学生水泳教室の開催について

○開催日時
9月7日(土)～11月23日(土)
午前10時～11時

※毎週土曜日、全10回
○対象者 小学生
○参加費 毎回プール入場料 100円

○募集定員 25名
○受付日時 8月18日(日)～24日(土) 午前9時～午後5時

○お申し込み
猿島コミュニティセンター窓口にて先着順で受付します。定員になり次第締め切ります。電話での申し込みはできません。

○その他
同意書に押印していただきますので、認印を持参してください。

○お問い合わせ
猿島コミュニティセンター ☎(87)7223

8月は経済産業省主催の電気使用安全月間です

電気は正しく安全に使しましょう!

関東電気保安協会 <http://www.kdh.or.jp/>

※お問い合わせの「G」は「グループ」を表します。

さしまクリーンセンター 寺久リサイクル自転車 展示・販売のご案内

さしまクリーンセンター寺久リサイクルプラザでは、ごみの減量化と資源の有効利用を進めるため、修理・再生した自転車を展示し、住民のみなさんに販売します。

○申込資格

五霞町、境町、坂東市、古河市在住で18歳以上の方

○販売車種

軽快車（ママチャリ）、マウンテンバイク、子供用自転車など

○販売台数・価格

80台（1台500円〜3,000円）

○お申し込み方法

リサイクルプラザに来館し、購入を希望する自転車を1台選んでから受付にある申込用紙に必要事項を記入して提供の申し込みを行ってください。

※電話、インターネット、代理

による申し込みはできません。申込台数は、1世帯につき、自転車1点までとなります。

※購入希望者が複数場合は抽

選により提供者を決定します。

○お申し込み期間

8月20日（火）〜27日（火）
午前9時〜午後4時30分

※日曜日を除く
○当選者連絡

8月30日（金）に提供者を決定し、はがきにて当選の通知をします。通知から2週間以内で代金のお支払及び、引取りを行ってください。

○お問い合わせ

さしまクリーンセンター寺久リサイクルプラザ
☎0297(20)9980

『でんき家計簿』を 使ってみませんか？

『でんき家計簿』は、毎月の電気ご使用量や電気料金、並びに電気料金メニューを変更した場合の試算結果を、インターネットで簡単にグラフや一覧で確認いただけるサービスです。

一日の電気の使い方を診断し、ライフスタイルに合った料金メニューや省エネ手法など、様々なアドバイスが受けられます。

電気を上手に使うために、でんき家計簿を使ってみませんか。

詳しくは、東京電力のホームページ（<http://www.tepco.co.jp/kakeika/>）をご覧ください。

○お問い合わせ

東京電力埼玉カスタマーセンター（0120-995-442）

町放射線量測定結果のお知らせ

町では、水道水や大気の測定を次のとおり実施しており、測定値については、町ホームページで随時、お知らせしています。

また、役場に設置されています「可搬型モニタリングポスト」の測定結果は、文部科学省のホームページにて確認することができます。

【水道水測定値】（単位：ベクレル/キログラム）

採水日	6/6	7/4	
川妻浄水場	ヨウ素	不検出	不検出
	セシウム	不検出	不検出
行田浄水場	ヨウ素	不検出	不検出
	セシウム	不検出	不検出

○水道水測定値のお問い合わせ
上下水道課 ☎(84)3000

【大気測定値】（単位：マイクロシーベルト）

測定場所	5/1、2	6/5、6	7/3、4
五霞中学校	0.060	0.059	0.069
五霞西小学校	0.078	0.078	0.080
五霞東小学校	0.067	0.068	0.060
五霞幼稚園 五霞保育園	0.066	0.062	0.064
五霞第一幼稚園 川妻保育園	0.084	0.077	0.079
南児童館	0.088	0.086	0.077
西児童館	0.069	0.068	0.066

※大気中の測定に使用している機器の性能上、茨城県の測定結果と差異が生じる場合があります。

※測定は、天候や風向きなどの気象条件によっても変わります。

○大気中測定値のお問い合わせ
総務課 ☎(84)1111

町税等夜間収納 窓口の開設について

（町民税務課）

平日の日中、お仕事等で町税等の納付ができない方のために、次のとおり町税等の収納窓口の受付時間を延長しておりますので、ぜひご利用ください。なお、夜間収納に限り、学校給食費も役場でお預かりいたします。

○開設日 8月30日（金）
午後7時まで
○場所・お問い合わせ

対象税等	町税等 学校給食費	介護保険料	保育料	上下水道料金	下水道 受益者負担金
担当課 （開設場所）	町民税務課 教育委員会 （役場）	健康福祉課 （役場）	健康福祉課 （役場）	上下水道課 （川妻浄水場）	上下水道課 （川妻浄水場）
担当 グループ	税務G 学校教育G	高齢者支援G	社会福祉G	水道G 下水道G	下水道G
電話	☎(84)1966	☎(84)0006	☎(84)0006	☎(84)3000	☎(84)3346

The

健康応援隊!

ゴーヤーで夏バテ知らず!

夏本番を迎え、太陽の日差しがキラキラと照りつける季節となりました。この日差しや暑さ、エアコンによる冷えや乾燥などで、からだは様々なダメージを受けています。ダメージ回復のためには、ビタミンB群とビタミンCを多く含む食品がおすすめです。今回はその中でも、ビタミンCを多く含む「ゴーヤー」についてお話したいと思います。

「ゴーヤー」とは、沖縄地方の方言で、「にがうり」のことをさします。他に、「ツルレイシ」とも呼ばれます。ゴーヤーの特徴といえば、独特の苦味ですね。この苦味の正体は、「モルブレン」という成分で、肝機能を向上させる効果や胃腸を刺激して食欲を増進させる効果があるといわれています。中心部にあるワタの部分を食べると、強く苦味を感じますので、苦手な方は、ワタの部分をよく取り除きましょう。また、塩をみ込むことでも苦味が抑えられます。その他、免疫力を高める「ビタミンC」が豊富です。暑さで疲れる夏こそ、「ビタミンC」が必要です。「ゴーヤー」は食べる以外にも、窓の外や壁面に這わせ

《ゴーヤーのキムチ炒め》

材料【2人分】

ゴーヤー…………… 1/2本
豚肉薄切り…………… 120g
キムチ…………… 50g
卵 …………… 1個

がらスープの素… 小さじ1/2
しょうゆ…………… 小さじ1/2
ごま油…………… 適量

作り方

- ①ゴーヤーはたて半分に切り、ワタと種を取る。端からうすく切り、塩でもみ、しんなりしてきたら、水で洗う。豚肉は1cm幅くらいに切る。卵はボールにわりほぐしておく。
- ②フライパンにごま油を熱し、豚肉・ゴーヤーを入れて炒める。豚肉の色が変わってきたら、キムチも加える。
- ③がらスープの素・しょうゆで味をつけ、最後に①の溶き卵を加えて混ぜ合わせる。

るように育て、「緑のカーテン」として利用されている方もいらっしゃるのではないうか。温暖化対策や省エネ対策にもなり、育てて収穫した実も楽しみ、一石二鳥です。お子さんと一緒に育てれば、立派な食育の場にもなります。

夏バテぎみのからだに食欲増進、疲労回復の効果のある「ゴーヤー」はいかがでしょう。(健康福祉課 管理栄養士)

学校コーナー

交通安全教室を行いました



五霞西小学校



「自分の命は自分で守ろう」と言う合い言葉のもと、五霞西小児童156名を対象に境警察、交通安全協会、交通安全母の会、役場から28名の方々をお招きし、交通安全教室が開催されました。

まずは境警察署課長さんのお話です。命を自分で守るための方法を教わりまし



た。次に低学年ブロックでは、横断歩道の渡り方です。大きな声で「右よし、左よし、右よし」と確認して、手をあげて渡ります。交通安全協会の方の指導のもと、全員が順番に練習しまし



た。その日の下校から、学校前の横断歩道では「右よし、左よし、右よし」の大きな声が響き、手をまっすぐに上げて、姿勢が見られるように練習しました。

交通安全教室は交通安全協会の方々をはじめ、地域の方々とも触れ合えた素晴らしい一日となりました。このような機会を作って下さり、ありがとうございました。



交通安全教室は交通安全協会の方々をはじめ、地域の方々とも触れ合えた素晴らしい一日となりました。このような機会を作って下さり、ありがとうございました。

8月の納税

納期限 9月2日(月)です

町 県 民 税	2 期	町民税務課	税務G	内線 2 5 2
国民健康保険税	2 期	町民税務課	税務G	内線 2 5 3
後期高齢者医療保険料	2 期	町民税務課	税務G	内線 2 5 2
介護保険料	2 期	健康福祉課	高齢者支援G	内線 2 3 9
保 育 料	8 月分	健康福祉課	社会福祉G	内線 2 3 7

五霞町の人口と世帯

総人口	9,349人	(113人)
前月比	-2人	(-1人)
男	4,681人	(39人)
女	4,668人	(74人)
世帯数	3,201世帯	(68世帯)
7月1日現在、住民基本台帳。 ()内は外国人登録で内数。		

ご意見・ご要望をお待ちしています。

あて先
●町長 (直通)
FAX(84)1550
●総務課広報担当
☎(84)1111
(内線227)



日	月	火	水	木	金	土
				1 びん類・ペットボトル ふれあいハート教室 (保健センター) スライムを作ろう (南児童館) 西南	2 可燃ごみ 日赤	3 がん検診・特定健診 (保健センター) ゲーム大会(西児童館) 第32回五霞近隣スポーツ 少年野球大会(1日目) (丸池台球場 他) 西南
4 がん検診・特定健診 (保健センター) 第32回五霞近隣スポーツ 少年野球大会(2日目) (丸池台球場 他) 西南	5 可燃ごみ 西南	6 缶類 離乳食教室 (保健センター) 紙飛行機を飛ばそう (南児童館) 親子ヨガ教室 (中央公民館) 西南	7 可燃ごみ 消費生活相談窓口 (ひばりの里) 西南	8 不燃性粗大ごみ おやつ教室 (保健センター) 西南	9 可燃ごみ わくわく元気づくり② (保健センター) すくすく相談 (保健センター) 日赤	10 西南
11 友愛	12 可燃ごみ 成人健康相談 (保健センター) カメレオンゲーム (西児童館) 西南	13 紙類 西南	14 可燃ごみ 西南	15 びん類・ペットボトル 西南	16 可燃ごみ 日赤	17 西南
18 西南	19 可燃ごみ 道の駅ごか (定休日) 西南	20 缶類 プールで遊ぼう (南児童館) 親子ヨガ教室 (中央公民館) 西南	21 可燃ごみ スライム作り (西児童館) 友愛	22 不燃ごみ 西南	23 可燃ごみ わくわく元気づくり③ (保健センター) 日赤	24 西南
25 友愛 乳がん・子宮がん検診 (保健センター)	26 可燃ごみ 乳がん・子宮がん検診 (保健センター) 西南	27 可燃性粗大ごみ 乳がん・子宮がん検診 (保健センター) 西南	28 可燃ごみ 夏祭り (西児童館) ドッジボール大会 (南児童館) 西南	29 びん類・ペットボトル 西南	30 可燃ごみ 避難訓練 (西児童館) 町税等夜間収納窓口 日赤	31 西南

小児医療 輪番制

西南：茨城西南医療センター病院(境町) ☎87-8111
友愛：友愛記念病院(古河市) ☎97-3000
日赤：古河赤十字病院(古河市) ☎23-7111
※輪番日及び時間…月～土曜日:午後6時～午後11時 日曜、祝日:午前9時～午後4時

小児輪番病院は、入院治療を必要とする子供の救急医療を行っています。受診される際は、医療機関に必ず事前に電話でご相談ください。現在、当事業につきましては、休日や夜間における小児救急患者に対応する為、茨城西南医療センター病院及び友愛記念病院、古河赤十字病院のご協力を得て実施しております。

▼救急医療情報コントロールセンター

休日や夜間に救急対応している小児科の医療機関をお探しのときは、お問い合わせください。
☎029-241-4199 (年中無休/24時間)

▼茨城子ども救急相談

相談日時:毎日の夜間/18時30分～23時30分
:休日の昼間/9時00分～17時00分
すぐ受診させた方がよいのか、様子を見ても大丈夫なのか不安な時は、ご相談ください。 ※日曜・祝日・年末年始(12/29-1/3)
電話番号:プッシュ回線の固定電話、携帯電話からは局番なしの「#8000」
その他の電話からは 029-254-9900

実施時間外の受診につきましては、つぎの医療機関でも小児救急に対応しています。
つくば市 筑波メディカルセンター病院

我が家の主役

まかな
眞叶ちゃん
平成20年11月11日生
山田佳直・延枝さん
の長女
(父母のひと言)
いつも元気でひょうきんで、とっても楽しい
マーちゃん。将来はマカナのマコト(眞)が
叶いますように。



このコーナーに掲載ご希望の方は、総務課(内線227)までお申し込みください。

東日本大震災義援金について

平成26年3月31日(日)まで受付期間を延長致します。
引き続き、皆様のご協力をお願いします。お預かりした義援金は、日本赤十字社茨城支部に送金し、被災者への生活支援や見舞金に使われます。

○義援金送金額
1,201,962円(7月11日現在)

土曜窓口業務を行っています

土曜日(祝日を除く)の午前8時30分から正午まで一部窓口業務を行っています。ぜひご利用ください。
▽申請・請求のできる方▽



住民票 …… 本人および同一世帯の方

戸籍謄本・抄本 …… 本人かその配偶者、直系尊属、直系卑属の方

印鑑証明 …… 印鑑登録証をお持ちの方

※住民票、戸籍謄本・抄本は、委任状をお持ちの方も申請できます。
○お問い合わせ 町民税務課 町民グループ ☎(84)1965

町民税務課

ホームページ: <http://www.town.gokalg.jp/>
Eメール: mail@town.gokalg.jp
発行/五霞町役場 〒306-0392
茨城県猿島郡五霞町大字小福田1162-1 ☎0280(84)1111(代)