

「減量後の体重維持に対するweb支援の効果検証」
研究参加者募集!!

筑波大学J A茨城県厚生連臨床研究寄附講座では、減量後の体重維持に対するweb支援の効果を検証する研究事業を行います。

この事業では、まず3か月間の減量教室を開催し、健康的に減量を達成した後、インターネットを利用した体重維持プログラムの効果を、減量後2年間にわたり検証します。

▼対象は以下の①～③のすべてを満たす男女です。

①年齢40歳以上65歳未満
②BMI 25以上40未満
③以下のメタボリックシンドローム構成因子を1つ以上満たす人

①腹部肥満（腹囲…男性85cm以上、女性90cm以上）
②高血糖
③脂質異常
④高血圧

※以下の①～⑤に該当する人は参加できません。

①心疾患既往あり
②脳血管障害既往あり
③妊娠中または妊娠の予定あり
④最近6か月間の減量プログラム参加歴あり
⑤同居家族が研究に参加している

▼定員は先着50人
▼申込期間は10月12日（日）まで

※詳細・申込みは専用ホームページ（<http://www.tsukuba-genyo.com>）をご覧ください。

【研究参加説明会】
▼日時 10月12日（日）・13日（月・祝）各日午前9時30分～
▼場所 しもだて地域交流センター（アルテリオ）
携帯電話のカメラ（バーコードリーダー機能）で読み込むとアクセスできます。



問 健康づくり課 ☎22-05506

みんなでちっくんを応援しよう！

ゆるキャラグランプリ2014に参戦します

「ゆるキャラで筑西を元気に！」

今年も開催される「ゆるキャラグランプリ2014」に、筑西市マスコットキャラクター「ちっくん」が参戦します！

昨年は初参加で県内エントリー26体中17位、総合1,245体中683位でした。大会に参加するからにはもちろん今年は1位を目指します！

投票開始は9月2日（火）からですので、みなさんの応援をよろしくお願いします！

応援サイトは、<http://www.yurugp.jp/vote/detail.php?id=00001323> です。

携帯電話のカメラ（バーコードリーダー機能）で読み込むとアクセスできます。



よろしくお祈りします。



←エアちっくん誕生！

風船のようにエアを入れてふくらます「エアちっくん」が新たに誕生しました。

今までのちっくん同様、フワッとした感触になったエアちっくんもかわいがってください。

資格取得！ 募集要項頒布中

少子・高齢化が進展する現在、資格者として医療の分野で輝けるフィールドが大きく広がっています。当学院では、幅広い年齢層の生徒が共に学び、卒業後は地域医療の最前線で活躍しています。

真壁医師会准看護学院

筑西市二木成 827-1 ☎ 0296-22-7702
(下館南中学校そば) <http://www.m-ishikai.com/gakuin/>

地域医療に貢献する
准看護師

随時受付中

入学相談・学院見学



日向猛さんに人権擁護委員を委嘱

前任者退任に伴い、新たに日向猛ひなたけしさんが人権擁護委員を委嘱され、水戸地方事務局で委嘱状の伝達式が行われました。

人権擁護委員は、人権擁護委員法に基づいて、人権相談を受けたり人権の考えを広める活動をしている民間ボランティアです。現在、約1万4千人が法務大臣から委嘱され、全国の各市町村に配置されて積極的な人権擁護活動を行っています。

日向さんは7月1日から人権擁護活動を行っています。



▲日向猛さん

地下鉄8号線建設促進・誘致期成同盟会へ加入

市は、地下鉄8号線の茨城県延伸を実現させることを目的とし、千葉県、埼玉県及び茨城県内の関係市町で構成する「地下鉄8号線建設促進並びに誘致期成同盟会」に加盟しました。

茨城県の県西地域南部は、圏央道の開通を控え、今後の発展が期待されている一方、鉄道交通が発達していない地域でもあります。当該地域への鉄道整備は、首都圏との人口交流拡大や定住促進等、筑西市を含む県西地域全体の発展に大きく寄与することが期待されます。

今後は、地下鉄8号線の延伸に向けて、既に本同盟会に加盟している自治体と連携を図り、最終的には下館駅へ連結させることも検討しながら、積極的な誘致活動を進めてまいります。

【同盟会参加自治体】

野田市（千葉県）、草加市、越谷市、八潮市、吉川市、松伏町（以上、埼玉県）、
下妻市、常総市、坂東市、八千代町、筑西市（平成26年度新規加盟）

☆地下鉄8号線の延伸とは、地下鉄有楽町線（東京メトロ）を江東区の豊洲駅から分岐し、千葉県野田市に延伸させる構想。

2000年に開かれた国の運輸政策審議会で「15年までに整備着手することが適当である路線」と答申され、これまで事業化に向けた調査・検討が進められてきました。

協和支所・協和公民館が移転します

9月16日（火）から協和支所・協和公民館の業務が同一敷地内北側に建築した協和総合庁舎へ移転します。来庁の際は、駐車場を整備する外構工事などを施工中のため北側の門からお入りいただくようお願いいたします。※協和総合庁舎とは、協和支所、協和公民館及び協和総合センターの機能を集約した複合施設です。



※イメージ図

《協和総合庁舎の所在地・電話番号・FAX番号》

所在地：〒309-1192
筑西市門井1962番地2
☎：57-2511（協和支所）
57-2515（協和公民館）
FAX：57-9956（協和支所）
57-5068（協和公民館）
【問い合わせ】管財課 内線362

野田市から茨城県への更なる延伸については、筑西市を含む県内の6自治体で構成する東京直結鉄道（地下鉄8号線）誘致促進協議会や、この度、市が加盟した同盟会において誘致活動を行っています。

一般コミュニティ助成事業でテーブル等を設置

平成26年度一般コミュニティ助成事業を活用し、神分自治会が神分農村集落センターにテーブル、エアコン等を整備しました。

この事業は（一財）自治総合センターが、宝くじの社会貢献

広報事業としてコミュニティ活動の充実・強化を図ることを目的に助成しているものです。



▶会議用テーブル



▶天吊り型パナソニックエアコン



▶調理器具・水槽シンク

SEKISHO Service Safety Sincerity



あなたのそばに。セキショウグループ。

関彰商事株式会社

本社 〒308-8512 茨城県筑西市一本松 1755-2 TEL 0296-24-3121

<http://www.sekisho.co.jp/>

地金、ダイヤモンド、どんな宝石でも

高価買取!

無料で鑑定、査定いたします!!

他店で値段が付かなかった宝石
高級ジュエリーから入れ歯まで

着物買取始めました!

加工・修理はおまかせください

ジュエリーマール



エメラルドリング

ダイヤモンドリング

0120-678-312
岩瀬常陽銀行ヨコ 桜川市岩瀬 113-3

中学生優秀選手支援事業指定選手認定



6月28日、平成31年に開催される「第74回茨城国民体育大会」での上位入賞を果たすため、県内の中学校に在籍し活躍する1年生に対して、優秀選手支援事業指定選手認定証交付式が県立歴史館で行われました。市内からは松崎大将さん（明野中1年）と渡辺大翔さん（下館西中1年）が空手で認定されました。

地元出身のプロバスケットボール選手を応援しよう！



8月5日、筑西市出身のプロバスケットボールプレイヤー・高島一貴選手、下妻市出身の木村蓮選手が市役所を訪問しました。

両選手ともつくば市をホームタウンとする「つくばロボッツ(TSUKUBA ROBOTS)」に所属しています。みなさん、応援よろしくをお願いします。

河川愛護団体に感謝状 ～下館河川事務所



地域の活性化や地域環境の美化など、活動を通して地域に貢献している団体へ、下館河川事務所（伊藤芳則所長）から感謝状が贈られました。市内の団体からは、「鬼怒川を愛する会」（中澤清一会長）、「旭ヶ丘自治会」（渡邊喜弘自治会長）、「下館ロータリークラブ」（鈴木光則会長）の3団体が表彰されました。

朗読劇「あの夏の日の記憶」 ～はらんきょうの会



8月3日、広島・長崎原爆の被災者の手記や詩を紹介する朗読劇「あの夏の日の記憶 ヒロシマ・ナガサキそして」を、はらんきょうの会（加藤由美子代表）が行いました。

17回目となる今年は、小中高生など16人が、第5福竜丸の無線長が入院中に家族と交わした手紙などの朗読を上演しました。

最高齢での富士山登頂に挑戦



大久保敏行さん（門井・92歳）が、富士山高齢者登頂で全国1位を目指し、7月20日、見事富士山登頂に成功しました。

大久保さんは80歳を過ぎてから筑波山を登ったのがきっかけで、登山に夢中になり、これまでに筑波山には500回以上も登っています。高齢者登頂日本一が期待されます。

原始式火おこしを体験 ～里山キャンプ



NPO法人里山を守る会（中川行夫理事長）では、子どもたちと自然との触れ合いを深めるため、毎年里山でキャンプを行っています。

5回目となる今回は、7月29日から30日にかけて行われ、里山キャンプ名人となった中学生たちも参加し、原始式火おこしなどを小学生たちに丁寧に教えていました。

初彼岸・お引出物 はお任せください！

法事・出産内祝
七五三・カタログギフト
本格生醤油
オンリーワンギフト

ゆめギフト Tel. 0296-52-4169
筑西市海老ヶ島 1642 Fax.0296-52-5171

毎月第3土曜日 せんべい・おかき祭り開催中!!
国内産米100%使用のひと味違う美味しさを販売！お彼岸ギフトにも

9月20日 9:00~16:00 月に1度の大売り出し！

製造工場直売	こわれ煎各種	3袋で	500円
	煎餅・おかき各種	5袋で	1,030円

株根本製菓 0296-22-5871
筑西市外塚 801 定休日（日曜・祝日）

夢に向かってがんばって！ 元全日本・大山加奈さん



7月13日、市バレーボールスポーツ少年団（菊地秀樹代表）では、元女子バレーボール全日本代表・大山加奈さんを講師に招き、バレーボール教室を開催しました。

大山さんは「普段から本番をイメージして練習に取り組んで」と、集まった約150人の子どもたちに熱の入った指導をしました。

教室の最後には、大田シルキー主将・小林知加さんから、「教えていただいたことを実戦に生かしたい」と、感謝の言葉が贈られました。

パワーリフティングで 世界第3位



6月1日から8日にかけて、南アフリカのポチェフストロームで開催された「世界クラシックパワーリフティング選手権大会」で、小沼悠也さん（樋口）が、ジュニア男子の部で世界第3位の快挙を成し遂げました。

7月15日、須藤市長を表敬訪問した小沼さんは、「結果に満足せず、もっと練習を重ねて上位を目指します」と力強く話してくれました。須藤市長は「明るい話題でうれしい。これからも練習をして、世界1位を取ってほしい」と話しました。

由緒書きの清掃 ～報徳壹圓塾



ほうとくいちえんじゆく おおわだのぶお 報徳壹圓塾（大和田信雄代表）は、江戸時代、財政立て直しの指導を仰ぎ、現在の筑西市の礎を築いた二宮尊徳の功績を称え、昨年市内12か所に由緒書きを設置しましたが、経年により汚れが目立ってきたため、8月9日に市内12か所すべての由緒書きと周辺の清掃活動を行いました。

地域の輪を大切に ～女方千手観音祭



8月9日、女方千手観音堂境内で、「女方千手観音祭」が盛大に開催されました。女方千手観音祭は、江戸時代から続く懐かしさが残る伝統的な行事です。

自治会や女性会のみなさんが、手作りのポップコーンやかき氷などを参加者に配り、子どもたちははにこにこでした。

真夏の交通安全運動 下館、明野地区

8月1日、交通安全母の会下館支部（高山伸代支部長）と交通安全協会下館支部（市塚不二夫支部長）共催により「アイスクリーン作戦」を実施。7日には交通安全母の会明野支部（武井みね子支部長）と交通安



明野地区（海老ヶ島地内交差点）



下館地区（筑西警察署前交差点）

全協会明野支部（倉持利夫支部長）共催で、「夏のおしぼり」交通安全キャンペーンが実施され、総勢143人が参加しました。

職場体験で市内5中学校から21人の生徒も参加し、冷たい飲み物や冷凍おしぼり等を配布し、ドライバーに安全運転を呼びかけました。

お得なファミリープラン始めました。

中学生以下のお子様と同伴の保護者の方対象
通常料金より22%～40%お得な料金プラン！何名様でもご利用いただけます。

	月曜～金曜料金(税込)	土日祭日料金(税込)
4ゲームパック	1,200円	1,400円
6ゲームパック	1,800円	2,100円
8ゲームパック	2,400円	2,800円
10ゲームパック	3,000円	3,500円

◎団体予約ではご利用いただけません。
◎他のサービス・無料券等との併用はできません。
◎10ゲーム以上をご希望の方は、受付の際にご確認下さい。
◎このサービスは予告なしに中止する場合があります。

貸靴別途1足
300円(税込)

3ゲーム+貸靴 パックプラン

	月曜～金曜料金(税込)	土日祭日料金(税込)
OPEN～12:00	1,050円	1,050円
12:00～20:00		1,200円
20:00～24:00	1,170円	
24:00～2:00		

◎団体予約ではご利用いただけません。
◎他のサービス・無料券等との併用はできません。
◎このサービスは予告なしに中止する場合があります。

使ってお得なクーポン券

ボウリング 1GAME無料

本券は受付の際にお出し下さい。
※本券1枚につき最大5名様までご利用可能。
※ご予約コンペ、他のサービス券との併用はできません。
※貸靴料金は別途です。

【有効期限】2014年10月31日まで