

いばらき

# 労働福祉

Vol. 346

2015年9月

一般社団法人 茨城県労働者福祉協議会



空から見た涸沼 (提供：茨城町)

## 目次

福祉事業団体 報告とご案内

～中央労働金庫、全労済、パルシステム、協同組合ネットいばらき～

平和集会、地域活性化フォーラム

救援衣類を送る運動

地域労福協レポート (常陸那珂・県南)

NPO 紹介 フードバンク茨城

健康&食 —ごぼう—

クイズ 出会いサポートセンター

旅のガイド —茨城町・鉾田市・大洗町—



タゲリ (冬季)



カワセミ (通年)



ミサゴ (通年)

●ライフサポートいばらき「くらし何でも相談」(法律・年金・結婚・多重債務など)

<http://lsi.or.jp> ☎0120-786-184 (電話相談) 月曜～土曜日 10時～18時



### 中央労働金庫

#### ～第15回通常総会を開催～

6月24日(水)東京都中野サンプラザホールにて第15回通常総会が開催されました。第5期中期経営計画(2015年度～2017年度)は、『あんしん創造バンク』～働く人のベスト金融アドバイザーとして～を目指します。今後、会員推進機構と協力し「職域基盤での取引拡大・役割発揮、存在感の向上」に



取り組んでいくことが確認されました。なお、高野富二氏が監事を退任され、吉田豊氏(茨城県教職員組合)が選任されました。

### 生活協同組合パルシステム茨城

#### 全市町村と「見守り協定」を締結

パルシステム茨城は、6月25日付けで結城市と「地域見守り活動に関する協定」を締結しました。この協定は、配送を行う生協職員が訪問先で高齢者や障害者などの異変に気付いた場合、速やかに市町村に通報する内容です。県生協連とともに2012年3月に初めて高萩市と締結してきましたが、今般県内全市町村との締結が完了しました。実際に訪問先で異変があり行政に通報したところ死亡が確認されたり、病気で動けず救急搬送に至った例もあったとのこと。



協定締結の様子

### 全労済茨城県本部

#### ～第58回通常総代会、第6回代表者会議開催～

2015年7月30日(木)水戸市において「第58回通常総代会」「第6回代表者会議」が開催されました。各種共済の取り組み・協力団体と連携した取り組み・共済ショップ窓口での取り組み等の事業経過報告を行い、また活動計画について確認されました。引き続き、より多くの組合員および勤労者の方との接点機会を拡大し、協力団体・組合員の皆さまから信頼され、期待される全労済を目指していきます。なお、本通常総代会、代表者会議にて、茨城県本部執行役員である摂津利重氏が退任し、新任の東中健氏が執行役員に就任しました。今後ともよろしくお願いいたします。



### 協同組合ネットいばらき

#### 第1回「協同組合シンポジウム」を開催

7月4日(土)土浦市民会館において、約600名の来場者を迎え開催されました。第1部は、やくみつる氏を審査委員長に迎え「川柳コンテスト～協同の心絆～」が行われ大賞には「クラス会 畑が舞台 定年後」が選定されました。続いて「地域における協同組合の役割」としてをテーマとし、パネルディスカッションが行われ、協同の理念について考える貴重な機会となりました。



#### 協同組合ネットいばらき

国連が定めた、2012年「国際協同組合年」を機に結成されました。県内のJAや生協、漁連、畜連、労協、中央労働金庫、全労済、マスコミ等が加入しています。毎年7月の第1土曜日の「国際協同組合デー」にちなみ開催されました。今年度は、福島の子保養プロジェクト、茨城大学の寄付講座、協同組合収穫祭、平和行動等を予定しています。

## ご存知ですか? 中央ろうきんの普通預金口座が **おトク**なワケ!!

**おトクポイント** 誰でもATM引出手数料 即時全額キャッシュバック

中央ろうきん 普通預金口座に 各種ATM 引出手数料の負担が **0円**

▼だったら給与振込は(中央ろうきん)で決まりだね!

ATM利用手数料 即時全額キャッシュバックとは

〈中央ろうきん〉のキャッシュカードで、ゆうちょ銀行、銀行、コンビニ等のATM・CDを利用してお引出しした場合、所定の利用手数料がかかりますが、この手数料を即時にお客様の〈中央ろうきん〉ご利用口座へお戻しすることです。※詳しくは(中央ろうきん)営業店までお問い合わせください。

**おトクポイント** インターネット/モバイルバンキングでの 振込手数料 月3回までキャッシュバック

中央ろうきん普通預金 口座に給与振込を 指定すると!! **0円**

インターネット/モバイルバンキングでの振込手数料が実質

※中央ろうきんに給与振込をご指定の方を対象に「インターネット/モバイルバンキング」によるお振込手数料について、お1人様あたり1ヶ月につき日付、時刻の早い順に3回までキャッシュバックされます。※キャッシュバックは、翌月20日(休業日の場合は前営業日)に、お振込手数料をお引落ししたお客様の〈中央ろうきん〉普通預金口座へご入金します。※当金庫のシステムにて判定可能なご契約に限ります。※キャッシュバックサービスは、個人のお客様が対象となります。※インターネット/モバイルバンキングのご利用には別途お手続きが必要となります。※4回目以降の振込手数料については、お客様負担となります。

お問い合わせ・ご相談は 0120-86-6956 (平日9:00～18:00)

2015年9月1日現在 中央ろうきん

## 連合茨城

### 7.26 戦後70年平和を求める茨城集会

7月26日(日)連合茨城、茨城平和擁護県民会議、KAKKIN茨城県民会議により、平和集会が開催されました。戦後70年を踏まえ、戦争の歴史について学び知識として身に付け、平和の尊さを改めて参加者全員が共有しました。会場では平和検定、水戸空襲の資料展示、平和を願う折り鶴ルーム、また語り部による「水戸空襲の惨状」が語られました。



市原毅さん

#### 水戸市語り部市原毅さんの「水戸空襲の体験」をご紹介します。

昭和20年7月になると毎日、米機グラマンが水戸駅の機関車を狙い機銃掃射を行うようになった。7月17日の深夜から18日未明にかけては、日立市及び勝田町がアメリカ軍の艦砲射撃にさらされた。31日夜9時半頃、水戸上空に飛来したB29から空襲を予告するビラが投下された。8月2日午前0時15分～午前2時45分に167機のB29による水戸市への爆撃が行われた。後に分かったが、焼夷弾16万発が落とされ、市内の約8割にあたる1万戸以上が焼け、300余人が亡くなった。水戸市街の町並みは見渡す限り灰燼に帰してしまっ。駅前前の銀杏は、枝の大半が焼けたが戦後に新しい芽が出て元の姿に戻った。市原さんは、「平和は亡くなった人々の犠牲の上に出来たもの。平和の大切さを訴えるため、戦争の悲惨さを伝えたい」と話された。

### 地域活性化に向けたフォーラムを開催

7月28日(火)水戸市において、連合茨城主催で地域活性化に向けたフォーラムが開催されました。経営者協会・茨城県等の行政・NPO団体等約200人が参加し、地域活性化を図るため連帯していくことを確認しました。(株)経営共創基盤CEOの富山氏より講演があり「人口減少時代は生産性を高められるチャンス」との指摘があり、**連合・古賀会長**は「地域活性化には、産・官・学・金・労の連携がポイント。今日をきっかけに、さまざまな立場で活性化に向けた想いを話し合ってもらいたい」と挨拶がありました。続いて各界代表によるパネルディスカッションが行われ、**高杉常総市長**は「1次産業の活性化、公立学校の再生、公共交通機関の再評価」を強調。**ひたちなか海浜鉄道吉田社長**は「市民の支えにより乗客が回復してきた中で、那珂湊駅周辺の商店街も活気が出てきた。海浜公園、那珂湊市場、大洗アクアワールドと連携し観光客を増やしたい」と紹介。**茨城NPOセンター・コモズの横田代表**は「ニート・ひきこもり(県内推定26,000人)を社会に参加させていきたい」と呼びかけました。**連合総研の麻生氏**は「労働・生活環境の改善を図れば、労働力が確保され、企業が活性化し、地域が元気になる」また、**連合茨城和田会長**は「徹底した定住・出産・子育て支援が必要。中小企業を活性化し地方都市を再生していこう」と呼びかけました。



パネルディスカッション

## 第32次救援衣類を送る運動にご協力をお願いします

タイラオスには、貧しく衣類も買えない人々や、洪水など自然災害の被災者で衣類を必要としている人たちが大勢います。集められた衣類は難民キャンプをはじめ、タイの福祉施設やラオスの最貧地域、被災地などへ送られ、とても喜ばれています。昨年のはべ120人のボランティアの方々にご協力をいただき、重量で約35t(ダンボール箱1,838箱)、輸送費カンパ金1,047,149円が寄せられました。

今年も衣類の提供と輸送募金のご協力をよろしくお願いします。

(連合茨城・綿引)



募集期間	2015年10月2日(金)～6日(火) 9:00～17:00
集約場所	日本通運城南ビル 〒310-0803 水戸市城南1-2-21 (水戸駅南です。)
集約衣類	必ず洗濯済みの清潔な中古衣類 ※ Tシャツ、ズボン、ジーンズ、ポロシャツ、トレーナー、ジャージ、セーター、ジャンパー、フリース、Yシャツ等シャツ類、ブラウス、カーディガン、作業着(つなぎ不可)、ベビー服、子ども服(不足しています)、毛布
送付不可	新品、布団、スーツ(紳士・婦人)、プレザー、ワンピース、スカート、下着、水着、くつ下、コート、帽子(ニット、フリース以外)、靴、カバン類、寝袋、ぬいぐるみ等
ボランティア募集	仕分け、梱包等の作業ボランティアを毎日10名募集します
募金のお願い	ダンボール1箱分の衣類が現地に届くまでにかかる費用は、約1,000円です。ご協力をお願いします(下記口座もしくは持参可) 振込先1 中央労働金庫水戸支店 普通預金 NO.6054315 連合茨城カンパ金 事務局長 日下部好美 振込先2 郵便局 口座番号 00370-5-7671 加入者 連合茨城
お問合せは	連合茨城 ☎ 029-231-2020 (平日のみ) 現地 ☎ 080-2006-6439

## 常陸那珂地域労福協



### 国政報告会及び国会見学ツアーを開催

6月5日(金)に、ひたちなか市ワークプラザ勝田に於いて、約95名参加のもと、常陸那珂地域労福協の「郡司彰」参議院議員国政報告会を開催しました。郡司議員からは、現在の国会状況及び、労働基準法や労働者派遣法の問題点等を分かり易く説明頂きました。その後の懇談会には約63名

の方々に参加頂き、郡司議員との懇親を深める事ができました。

6月20日(土)に、常陸那珂地域労福協及び水郡地域労福協共催の「国会見学 & 葛西臨海公園水族館ツアー」開催いたしました。当日は、晴天に恵まれ、朝7時にひたちなか市を108名で出発し、10時からの国会見学では、「郡司彰」参議院議員に出迎えて頂き、ツアー参加者に委員会の質疑状況や、参議院本会議場での質疑手順など詳細に説明をして頂きました。その後、屋形船での昼食「もんじゃ焼き」をお腹一杯頂き、葛西臨海公園水族館で楽しい時間を過ごし、国会見学ツアーを無事終了しました。



# 地域労福協レポート

## 県南地域労福協



県南地域労福協は、地域で働く勤労者のため、労働福祉活動を推進しています。勤労者の社会的・経済的地位の向上、地域労働福祉の発展を目的に、ボランティア活動、レクリエーションなどの取り組みを行っています。

### 県南地域メーデー

連合県南地協と県南地域メーデーを共催しています。また、県南地域労福協のブースでは子供たちに風船のプレゼントを行っています。

### チャリティーボウリング大会

毎年3月、春闘真っ盛りの時期に開催することにより、春闘情報の交換や連携を深めています。が、しかし、今年は事務局の勝手な都合により7月10日に開催となってしまいました。参加者数

80名で開催。上位の賞品は常陸牛がキロ単位で！上位の賞品もさることながら、連合県南地協や労働金庫・全労済の協力をいただき、多数の飛び賞も用意。参加者の歓声があがりました。県南労福協会長と事務局長が募金箱を抱えてプレー中の各レーンにお邪魔しチャリティー募金をお願い。千円札が募金箱の中に大量に投入される光景も恒例になっています。次回は昨年のリベンジで3月に開催することが確認されています。

### チャリティーゴルフ大会

6月1日に開催しました。毎回40名程度が参加し、日頃の腕を振るっています。ゴルフ終了後の夕方には、その日の2度目のお楽しみで県南労福協の総会を開催。毎回の恒例となっています。一日で県南労福協の2つの催しに参加出来ると、ゴルフ参加者の皆様には好評を博しています。と思っているのは会長と事務局長だけ？なお、ボウリング大会、ゴルフ大会等のチャリティー金は茨城新聞社の「愛の募金」に寄付を行っています。

その他にも独自の活動としてエネルギー問題を考えるバスツアー(昨年実績)連合県南地協のクリーンキャンペーン支援。加盟団体のボランティア活動支援なども行っています。

## 県内 NPO 案内 NPO 法人フードバンク茨城

### 「もったいない！」を「ありがとう!!」に ~第2回~

今回は、フードバンク茨城がどのように食品をいただき、お届けしているかをお伝えします。

食品の多くは企業・団体からいただいています。飲料、お菓子、調味料など規格外・食品ロスとなった食品（少品種大量）をいただくことが多く、27の児童福祉施設、24の障がい者施設、6ヶ所の高齢者施設など、利用者の多い福祉施設にお届けしています。日持ちするお米や野菜を、農家から大量にいただくこともあります。

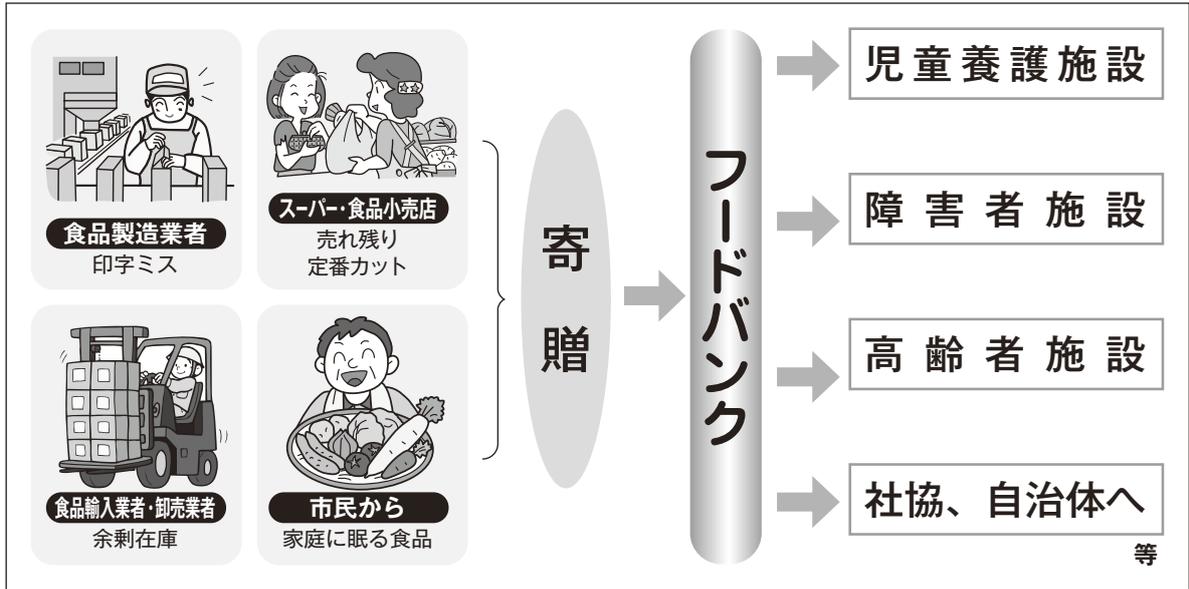
一方、市民のご家庭に眠る缶詰、インスタント食品、麺類などを寄贈いただいたときは、県内25の社会福祉協議会や自治体（2ヶ所）を通じ、ケースワーカーによって食品提供が必要と判断された生活困窮者に配布されます。上記2方法により、昨年度は94.8トンもの食品をお預かりし、のべ67ヶ所の福祉施設・団体に、また社会福祉協議会には424回お届けしました。

生活困窮家庭の児童生徒の学習支援団体「龍ヶ崎市・NGO 未来の子どもネットワーク」では、おにぎりやパン、温かいスープが勉強の合間に提供されています。また、つくば市の児童養護施設では、食べ盛り子どもたちに食品がもう一品加わることにより、子どもたちが社会に支えられていると実感する機会となり、身体だけでなく心も温まる、と伺っています。フードバンクは、捨てられてしまう「食」に新たな命を吹き込み、食に困った人におすそわけする社会貢献活動なのです。

次回は市民の方々や労働界も関われる「フードドライブ」という活動をご紹介します。

お問合せは、fb.ibaraki@gmail.com ☎ 029-874-3001 月・水・金 10～16時のみ

**フードバンクの生い立ち**  
 1960年代、アメリカでスタートし、1976年に「セカンドハーベスト」が設立されました。一方、日本では2002年にチャールズ・E・マクスシルトン氏がフードバンク活動を始め2004年に「セカンドハーベストジャパン」と改称しています。茨城では2011年にNPOとして活動がはじまりました。全国では30を超える団体が活動中です。





ZENROSAI NEWS

# 災害後の暮らし ～重要書類を紛失してしまったら～

防災には、生命の安全から被災後の暮らしまでトータルに考えた対策が必要です。今回は生活再建対策として、重要書類を紛失してしまった際の対処法をお伝えいたします。

重要書類の紛失、流失もしくは家から持ち出せない状況では不正に利用されるおそれがあります。また、重要書類には再発行できないものと再発行までに時間と手間がかかるものがあります。万一に備えて、緊急連絡先や重要な番号の控えなど十分な管理と紛失時の対処法を確認しておきましょう。



### 通帳・キャッシュカード

銀行に連絡し口座を凍結します。公共料金などの自動引き落としを利用しているなら、早めに再発行や届出印の変更手続きをしましょう。銀行の連絡先がわからないときはNTTの番号案内サービス104番で教えてください。



### クレジットカード

不正な利用を防ぐため、速やかにカード会社に連絡します。各カード会社では紛失・盗難などの緊急時専用の番号があり、複数枚持っているならそれぞれのカード会社に連絡します。盗難のときは警察に「盗難届」を出しましょう。



### 有価証券(債券・手形 小切手など)

喪失した有価証券をいったん無効にしないと再発行を受けることはできません。発行会社等に喪失届を提出し、喪失証券の発行証明書を受領します。その後、簡易裁判所に公示催告を申し立てるという手続きになります。再発行までには3～4ヵ月かかります。



### 不動産の権利書

原則として再発行しませんが、権利を失うわけではありません。不動産を売却するにはそれなりの手続きと費用がかかりますが、可能です。インターネットによる登記申請は12桁の「登記識別情報」をしっかり覚えておきましょう。



### 共済証書・保険証券

証書・証券を紛失・焼失しても保障は継続し、共済金・保険金の受け取りに問題はありません。再発行は本人が手続きをします。災害で掛金・保険料の払い込みが滞り、失効してしまうこともあるので注意しましょう。



### 年金手帳・年金証書

将来年金を受け取る時に必要な年金手帳や、すでに年金を受け取っている人の年金証書は、国民年金なら市区町村、厚生年金は勤務先が再交付の窓口になります。再交付の手続きに必要な基礎年金番号を覚えておきましょう。



### 免許証

運転免許証紛失・盗難でん末書を準備し運転免許センターで再交付申請をします。阪神淡路大震災では、免許証が身分証明書の重要な役割を果たしていることから震災による免許証亡失者のため、特別の免許証再交付窓口を設け即日交付されました。



### パスポート

紛(焼)失したパスポートは失効するので罹災証明(紛失の場合は警察の証明書類)を準備して紛(焼)失届出と新規発給申請をします。



## いつ起きてもおかしくない火災や自然災害から暮らしを守ります。



全労済の

# 住まいる共済

●新火災共済 ●新自然災害共済

風水害等給付金付火災共済・自然災害共済・個人賠償責任共済

資料請求・お見積もりや保障のご相談は、各共済ショップまで。  
共済ショップ営業時間(月～金) 午前9:00～午後5:15  
(牛久店は午後5:00まで)  
※水戸店のみ土曜日営業 午前10:00～午後4:00



保障のことなら  
**全労済**  
全国労働者共済生活協同組合連合会

全労済は、営利を目的としない保障の生協として共済事業を営み、組合員の皆さまの安心とゆとりある暮らしをめざしています。出資金をお支払いいただいで組合員になれば、各種共済をご利用いただけます。

## 茨城県本部

(茨城県労働者共済生活協同組合)

〒310-0804 水戸市白梅1-1-10

<0815B008>

## 全労済茨城県本部 第43回全労済小学生作品コンクール

### —「作文」と「版画」作品募集のご案内—

全労済では、将来を担う子どもたちの豊かな心の成長を願い、1973年より毎年、小学生を対象とした「作文」と「版画」のコンクールを開催しています。今年度もコンクールを開催いたしますので、児童の皆さまからのご応募を心よりお待ちしております。

#### 〈応募資格〉

茨城県にお住まいの小学生

#### 〈募集内容〉

- ◎作文：400字詰原稿用紙で5枚以内。  
テーマ「ぼくの・わたしの未来～  
こんなおとなになりたいな～」
- ◎版画：木版、紙版など技法を問わず。B4サイズ以上でA2サイズ以内。テーマは自由です。

#### 〈審査方法〉

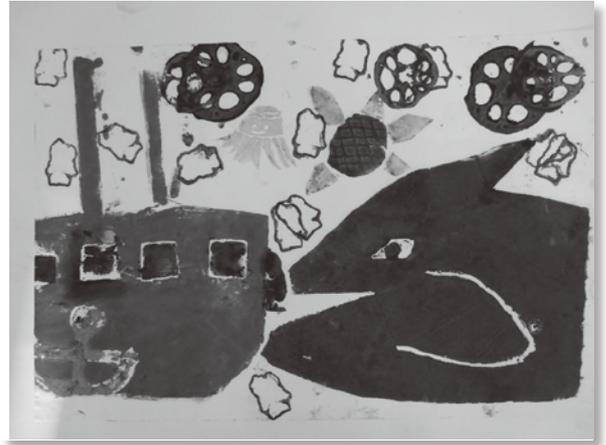
- ①茨城県内にてコンクールを行い審査します。
- ②茨城県内のコンクールで選ばれた金賞作品を「中央コンクール」で審査します。

#### 〈応募締切日〉2016年1月8日（金）必着

※応募方法等詳細につきましては、

全労済茨城県本部「小学生作品コンクール」係

担当：高橋・中村（TEL029-227-6684）までお問い合わせください。



2014年度 茨城県知事賞

「ちんぼつ船であそぶクラゲさんたち」

石岡市立園部小学校 3年 伊藤和香さん

## 2015年度 労働福祉講座の開講について

- 多様な働き方が増えています。  
勤労者の生活はどう守られるのでしょうか？
- 少子高齢社会となりつつあります。  
賃金や年金はどうなるのでしょうか？
- 認知症を正しく理解しましょう  
どんな症状？予防方法は？  
※今年度は水戸市生涯学習センターで開講します。（受講料は無料です）

お問合せは、茨城県労福協へ ☎029-231-3503

10月1日（木） 18:30～20:00	労働基準法概論	法政大学・茨城県労働委員 山本 圭子氏
10月8日（木） 18:30～20:00	労働行政 （就業・退職・解雇）	法政大学・茨城県労働委員 山本 圭子氏
10月15日（木） 18:30～20:00	ワークライフ バランス	常磐短期大学教授 安田 尚道氏
10月22日（木） 18:30～20:00	これからの労働者 自主福祉運動	（元）中央労福協 高橋 均 氏
10月28日（水） 18:30～20:00	認知症について	笠間市立病院医師 白土 綾佳氏

## 勤労者福祉研究集会のご案内

今年度は、小泉武夫氏をお迎えします。

### 講演「食あれば楽あり」

- 日時 2015年11月17日（火）  
14:00～15:30  
(13:30開場)
- 場所 水戸京成ホテル  
水戸市三の丸 1-4-73



#### 【小泉武夫氏のプロフィール】

食文化論者・文筆家、農学博士・東京農業大学名誉教授。ご存じ、口にしないで、読むだけでおいしさにノックアウトされる人気コラム「食あれば楽あり」（日本経済新聞連載）で人々を魅了し続けてやまない小泉博士が、日本人を育み、ユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」、発酵食品の素晴らしさ、底力、食育など食について縦横無尽に論じます。映画「発酵の魅力」で1996年度教育映画祭最優秀作品賞、読売新聞社オピニオン賞、98年随筆「中国食材考」でベストエッセイスト、99年ギャラクシー賞（NHKテレビ『ようこそ先輩課外授業』・テレビ番組批評家懇話会放送文化顕彰委員会）などを受賞。執筆活動、テレビ・ラジオ出演等多方面でご活躍中。

お問合せは、茨城県労福協へ ☎029-231-3503

# 健康&食 (No.116)

## ごぼう

ユーラシア大陸の広い範囲に野生し、日本へは 10 世紀以前に中国から薬草として渡来したといわれています。欧米では珍しい野菜という認識があるらしく、世界中で食用にしているのは日本と台湾のみです。



### ●調理のコツ

皮の近くに香りや旨味の成分が集中しているので、皮をむいてしまうとせっかくの味わいが薄れてしまいます。また、切り口は空気に触れると変色するので、手早く水にさらしてアク抜きをしましょう。あまり長くさらすと旨味も抜けますので、10~20分程度が目安。

### ●選び方と保存のポイントチェック

まずは、選び方のポイントです。①太さが均等でひげ根の少ないもの。②表面のきめが細かくひび割れていないもの。以上、2点を確認しましょう。

次に保存のポイントです。泥付きごぼうは、土をかぶせて新聞紙に包んでおくと長期の保存が可能です。洗いごぼうは濡れた新聞紙で巻いた上、ラップなどで包み、冷蔵庫で保存をしましょう。



### ●はなまる<sup>®</sup>レシピ

「美味しい食材をより美味しく、みなさんに食べてもらいたい。」という想いを込めてご紹介します。ぜひご家庭で実践してみてくださいね!

#### 〈ごぼうとツナのイタリアンサラダ〉(2人分)

- ・材料 ごぼう…125g、水…1 と 1/2 カップ  
酢…小さじ 1、塩…少々  
ミニトマト…4 個、ツナ…1/2 缶
- A { ・しょうゆ…小さじ 1 塩こしょう…少々  
・オリーブオイル…大さじ 2

- ①ごぼうは細長い乱切りにして鍋に入れ、かぶる位の水、酢、塩少々を入れて5分ほどゆでる。
- ②ミニトマトを4等分に切る。
- ③ツナ、A、①、②を混ぜ合わせる。好みでパセリをちらす。



パルシステムの「ほんもの」をつくるメーカーさんが商品に込められたこだわりや想いを試飲や試食とともに  
にお伝えします。ご来場お待ちしております。

**参加無料**



#### ほんもの実感! 試食会 in 小山

- 開催日時: 2015年9月19日(土) 11:00 ~ 15:00
- 開催場所: 小山グランドホテル 2階 飛天西 栃木県小山市神鳥谷 202
- 出展メーカー: 14社

#### ほんもの実感! パルシステム大試食会

- 開催日時: 2015年10月31日(土) 11:00 ~ 15:00
- 開催場所: 笠松運動公園 体育館 茨城県ひたちなか市大字佐和 2197-28
- 出展メーカー: 約 34社

# 漢字クイズ

## クイズコーナー 第265回

ちょっと読みづらい感じですよ。(ヒント：野菜、果物、草花です) (パルシステム・佐藤)

①牛蒡	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	⑦撫子	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
②椎茸	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	⑧石楠花	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
③花梨	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	⑨向日葵	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
④蓮根	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	⑩竜胆	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
⑤銀杏	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>				
⑥無花果	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>				

### 応募方法と条件

- クイズの解答、住所、氏名、勤務先を明記の上、お送りください。
- よかった記事、ご意見などお寄せ下さい。  
**(ご意見などがないと失格になります)**
- メール、FAXでの応募も可能です。
- あて先 〒310-0022 水戸市梅香2-1-39  
茨城県労働者福祉協議会 編集委員会あて  
メール [ib-roufuku@alpha.ocn.ne.jp](mailto:ib-roufuku@alpha.ocn.ne.jp)  
FAX 029-227-2240
- しめ切り 9月30日(水) 消印有効
- 正解者 10名に粗品をお送りします。**

**第264回  
クイズ  
正解**

**答え**

①借楽園	④酒沼	◆応募総数 25通	伊藤 紀文	小林 陽子	堀米 喜一
②霞ヶ浦	⑤筑波山	◆当選者 15名	伊藤 祐子	佐藤 恵里	松原 君子
③竜神大吊橋	⑥袋田の滝	◆抽選の結果、次の方に 賞品をお送りします。	井上 太郎	助川 香織	保田加代子
	⑦鹿島神宮	(敬称略)	大竹 健一	立木 美鈴	山本 清明
			川崎 洋子	中嶋 巖	吉成 裕

### いばらき出会いサポートセンター

## ふれあいパーティーのご案内

(パーティーは会員外の方でも参加できます。)

当面の日程10回をお知らせします。詳しくはホームページ [いばらき出会いサポートセンター](#) を **検索** するか、029-224-8888までお電話を。

<p>9/7月 ~8火 福島</p>	<p><b>ワクドキパーティー in 羽鳥湖レジーナの森</b> ~有休を使って自分に褒美~ 於：羽鳥湖高原レジーナの森(福島県岩瀬郡天栄村羽鳥高戸39) 9:00~翌日17:00くらい 男女各20名 男性トヨタグループ各社/女性8,000円 26~40歳 募集開始 8/7金</p>	<p>10/16金 水戸</p>	<p><b>みんなでしゃべらないと!</b> 於：茨城県三の丸庁舎 3階 会議室(水戸市三の丸1-5-38) 19:00~21:00くらい(受付18:30~) 男女各15名 男性1,000円/女性1,000円 30代 募集開始 9/15火</p>
<p>9/12土 日立</p>	<p><b>恋のラリーに参加する?パンポンパーティー!!!</b> 於：(株)日立製作所 日立体育館(日立市会瀬町4-1-25) 11:00~日立発祥のピンポンとテニスを合わせたようなスポーツ「ぱんぽん」を楽しみます 35歳以下 募集開始 8/10月</p>	<p>10/24土 水戸</p>	<p><b>わくわく本気登山! みんなで1歩1歩ガンパロ~!!!</b> 於：茨城県内の山 9:00くらい~17:30くらい *靴だけは山登り用のを準備いただくと疲労感が全然違いますよ 38歳以下 募集開始 9/25金</p>
<p>9/15火 水戸</p>	<p><b>『出会い塾』~わくわくドキドキ恋しちゃお~</b> *会費は2回分の料金です 於：ホテル・ザ・ウエストヒルズ・水戸(水戸市大工町1-2-1) 19:00~21:00くらい(受付18:30~) 男女各7名 男性8,000円/女性8,000円 45歳以下 募集開始 7/24金</p>	<p>10/31土 水戸</p>	<p><b>ハロウィンパーティー!</b> 今年の仮装は何にしましょうか?? 幽霊やおバケに拘らずに... 於：フェリヴェールサンシャイン水戸(水戸市白梅2-3-86) 18:00~21:00くらい(受付17:30~) 男女各15名 男性未定/女性未定 20代・30代 募集開始 9/29火</p>
<p>9/18金 水戸</p>	<p><b>みんなでしゃべらないと!</b> 於：茨城県三の丸庁舎 3階 会議室(水戸市三の丸1-5-38) 19:00~21:00くらい(受付18:30~) 男女各15名 男性1,000円/女性1,000円 20代、30代 募集開始 8/18火</p>	<p>11/20金 県央 or 県南</p>	<p><b>飲み会 ~秋の夜長、しっぽりと語りませんか?~</b> 於：県央or県南地域にて... 20:00~21:30くらい(受付19:30~) 定時ダッシュしなくても少しゆっくり集まれる時間にしました 40歳以下 募集開始 10/20火</p>
<p>9/27日 日立</p>	<p><b>みんなでしゃべらないと! 拡大版 ~センター見学会もあります~</b> 於：日立市女性センター らぼーるひたち(日立市鮎川町1-1-10) 14:00~16:30くらい(受付13:40~) 男女各15名 男性2,000円/女性2,000円 35歳以下 募集開始 8/25火</p>	<p>11/29日 水戸</p>	<p><b>みんなでしゃべらないと! ~センター見学会もあります~</b> 於：茨城県三の丸庁舎 3階 B会議室(水戸市三の丸1-5-38) 13:40~17:00くらい(受付13:15~) 男女各15名 男性2,000円/女性2,000円 30代 募集開始 10/30金</p>

### 一読者の声

- ◆図書館で初めて貴紙を見つめました。クイズ楽しくできました。漢字あっているかな。(古河市 Y・H様)
- ◆フードバンク茨城の活動の記事を読み、食品の廃棄処分の現状及び生活困窮者への支援活動の状況を初めて知り頭の下がる思いです。(高萩市 K・S様)
- ◆フードバンクの活動で思うことは道路などに食べ物、飲物が捨てられています。これらも食品のロスだと思います。何か考えないといつかしっぺ返しに来るのでは... (日立市 K・O様)
- ◆大葉が冷蔵庫にあったので、レシピを参考に作ってみました。季節的にさっぱりしたものが欲しくなるので大葉を使ったものは、さわやかで食べやすくいいですね。(ひたちなか市 K・S様)
- ◆主人の実家で家庭菜園をやっています。この時期、キュウリやトマト、大葉などもたくさん収穫しています。大葉を使ったメニューが紹介されていたのでぜひ作ってみます。(笠間市 T・H様)

**編集後記** ■戦後70周年を迎え、平和を考える集会、番組が多くなっています。戦争体験の語り部さんの話をうかがい、平和の尊さを改めて考えました。



# 旅のガイド・茨城紹介

～汽水湖が貴重な動植物を育む大切な湿地 茨城町・鉾田市・大洗町～

©ひぬ丸くん

## 涸沼がラムサール条約に登録されました (2015年5月28日)

茨城県のほぼ中央に位置する涸沼はヒヌマイトトンボの生息地として知られています。涸沼は今から6,000年前には海でしたが、気温が下がるにつれ海面が後退し、さらに那珂川の洪水でたまった砂により涸沼川の下流がふさがれて形成されました。満潮時には海から那珂川を介して涸沼川へと海水が流れ込むため、海水と淡水が混じり合う全国的にも希少な汽水湖で、流域には多くの動植物が生息しています。

### ヒヌマイトトンボ (絶滅危惧 IB 類)

1971年(昭和46年) 涸沼湖岸のヨシ原で発見された汽水域に生息するイトトンボで、茨城町の天然記念物に指定されています。



### ミズアオイ (準絶滅危惧)

7月下旬から9月下旬にかけて開花し、きれいな青紫の花を咲かせます。





### オオセッカ



オオセッカは、スゲ原など自然護岸が残る低湿地に生息しています。

### スズガモ (11月～3月)



スズガモは冬、北から渡ってきます。貝類が大好き。

### オオワシ



オオワシは毎年1月下旬から3月中旬にかけて涸沼に飛来します。

### 涸沼環境学習会のご案内

全国的に貴重な汽水湖「涸沼」その涸沼の自然や生き物を四季にわたって観察します。

- 集合場所：涸沼自然公園
- 参加費：無料
- 定員：各回80名(事前申込になります)

**第3回「秋の植物観察とハゼ釣り体験」**

- 日時：9月26日(土) 9時～12時
- ※雨天時は9月27日(日)

涸沼自然公園を散策しながら、植物観察をします。後半は、湖岸に出てハゼ釣り体験をします。

**第4回「渡り鳥の観察会」**

- 日時：2月6日(土) 9時～12時
- ※雨天時は2月7日(日)

涸沼に生息する野鳥や渡り鳥について学んだ後、湖岸を散策し、渡り鳥を観察します。

申込先 (一社) 茨城県環境管理協会  
☎ 029-248-7431  
(受付は月～金曜の9時～17時です)

### ラムサール条約とは?

「特に水鳥の生息地として国際的に重要な湿地に関する条約」で、1971年(昭和46年)、イラン・ラムサールで採択された国際条約です。この条約は水辺環境(湿地や動植物)の保全を目的とし、開催地にちなみ「ラムサール条約」と呼ばれています。湿地環境を守ると同時に漁業など持続可能な資源利用(賢明な利用)の面も指摘されています。平成27年6月現在の締約国は168ヶ国で、登録湿地数は約2,208ヶ所。合計面積は2億ヘクタール以上に及んでいます。日本での登録要件は「国際的に重要な湿地である」「国内法で自然環境の保全が図られている」そして「地元の賛意が得られている」の3つです。

お問合せは、茨城町観光協会 ☎ 029-240-7124 鉾田市観光協会 ☎ 0291-33-2111 大洗町観光協会 ☎ 029-266-0788

※写真、資料は茨城県生活環境部環境政策課・茨城町生活経済部みどり環境課にご提供いただきました。 ◎写真：清水道雄氏、梅原国夫氏、小柳恵氏