

市報

2021
No.633

4.25

ひたちなか

- 2 小中一貫義務教育学校 美乃浜学園完成
- 3 新しい学校生活が始まる
- 4 中根小・勝田一中 給食室が新しくなりました
- 5 子育て情報はここから ほか
- 6-7 新たなまちの価値を共に創る
第3次総合計画後期基本計画始動
- 8-11 暮らしの情報
- 12 新型コロナワクチン接種の流れ
聖火リレーツアーin IBARAKI ほか

発行 ひたちなか市広報広聴課 ☎029(273)0111
編集 〒312-8501 ひたちなか市東石川2丁目10番1号





市内初の小中一貫義務教育学校
美乃浜学園完成

令和元年度から建設工事を進めてきた美乃浜学園が完成し、令和3年4月に開校しました。

平磯・磯崎・阿字ヶ浦地区の3つの小学校と2つの中学校を統合した、市内で初めてとなる小中一貫校です。

施設内には、児童・生徒の成長段階に応じてさまざまな学習形態がとれる多目的スペースなどが多数あります。また、ひたちなか海浜鉄道湊線の列車の待合場所として活用されるエントランスホールや、人工芝を敷き詰めた交流広場など、異学年が自然と交流できるスペースも随所に設けました。さらに地域の防災拠点として、災害時に居住スペースとなる広い屋内運動場を有するほか、太陽光発電設備、蓄電設備、防災井戸、マンホールトイレなども備えています。

【美乃浜学園の概要】

○所在地 磯崎町字入道 5135 番地

○敷地面積 57,835.58 m²

○主な建物

建物名称	構造	延床面積	階数
校舎棟	鉄筋コンクリート造 (一部鉄骨造)	10,539.74 m ²	2階建て
屋内運動場棟	鉄筋コンクリート造 (一部鉄骨造)	3,253.47 m ²	2階建て
プール・部室棟	鉄骨造	1,030.17 m ²	1階建て



- 1 列車の待合場所となるエントランスホール
- 2 統合対象5校の写真、沿革や校歌が飾られるメモリアルスペース
- 3 人工芝を敷き詰めた交流広場
- 4 さまざまな学習形態がとれる多目的スペース
- 5 ランチルームとして、2学年4クラスが同時に給食をとることができる多目的室
- 6 大小2つのアリーナを有する大空間の屋内運動場(写真は大アリーナ)
- 7 水温を上げるため屋根の一部に透光性のある材料を使用した屋内型のプール

美乃浜学園の詳しい施設の概要は、市HPをご覧ください。



▲市HP

【問合せ】教育委員会施設整備課 ☎内線 7311 ~ 7

美乃浜学園での新しい学校生活がスタート



1



5



4



2

4月6日に在校生の始業式、4月7日には入学式が行われ、46人の新入生が仲間入り。完成したばかりの美乃浜学園で新しい学校生活が始まりました。

- 1 元気いっぱい、ピカピカの1年生
- 2 新しい校舎に、入学式！心躍らせ、会場に向かう親子
- 3 温かい拍手で迎えられ、入場する1年生
- 4 在校生代表の歓迎のあいさつ
- 5 在校生2年生から9年生の始業式、7年生には合わせて後期課程開始式が行われました
- 6 7 初めての登校で、緊張した様子の1年生
- 8 入学式を終え、友達と思わずにっこり
- 9 ひたちなか海浜鉄道湊線の新駅「美乃浜学園駅」を利用して通学する子どもたち



8



7



6



9



中根小学校・勝田第一中学校 学校給食室が新しくなりました

中根小学校と勝田第一中学校の学校給食室改修工事が完了しました。新しい給食室は、室内の湿度を低く保ち、食中毒の原因となる細菌の繁殖を抑えるため、床が乾いた状態で作業できるドライシステムを採用しています。衛生的な調理環境のもとで、より安心・安全でおいしい給食を提供します。

■中根小学校給食室の概要

構造 鉄筋コンクリート造(一部鉄骨造)
床面積 約229㎡(うち増築面積135㎡)



■勝田第一中学校給食室の概要

構造 鉄筋コンクリート造(一部鉄骨造)
床面積 約314㎡(うち増築面積129㎡)



【問合せ】教育委員会施設整備課☎内線 7311～7

5月は消費者月間

1 消費者月間講演会 笑って撃退！落語で学ぶ悪質商法

落語で楽しく悪質商法の撃退法を学んでみませんか。お気軽に申し込みください。

日時 5月13日(木)
午後1時30分～3時30分

場所 ワークプラザ勝田
講師 落語家 立川 平林

入場料 無料

定員 先着100人

申込み 市消費生活センター☎内線 3233



消費生活センターの 事業を紹介します

■消費者相談

消費生活に関する契約上のトラブルや、インターネット・携帯電話のトラブル、借金問題などの解決をお手伝いします。

相談日 月～金(祝日、年末年始を除く)

相談時間 午前9時30分～正午 午後1時～4時30分

■情報提供・講座開催

○消費生活に関する情報を、市報・市HPでお知らせ

○暮らしに役立つ情報の提供や知識の習得のための「くらしの講座」を開催(年間8回予定)

○自治会、高齢者クラブ、グループ等の依頼を受け、講師を派遣し「市政ふれあい講座」を行っています。

悪質商法の被害に遭わないためにはどうすればよいか、寸劇やDVD上映、クイズ、消費生活相談員の話などで分かりやすく解説します。お気軽にご利用ください。

2 市役所ホール展示

期間 5月24日(月)～28日(金)

場所 市役所本庁舎1階ホール

内容 消費生活に関するパネル展示および啓発資料を配布します。



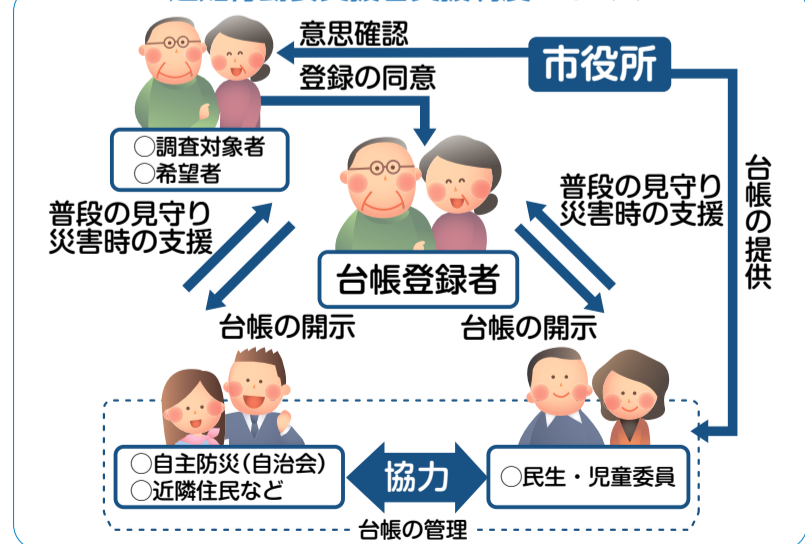
●パンフレットと啓発グッズは、市内のスーパーなどにも配置します。

ウ ソ コ ケ ～消費者被害に遭わないための4か条～

 うのみにしない おかしいな?と思ったら	 相談する 困ったときには、すぐ	 断る 「ケッコー」はダメ!! いりませんと、はっきり	 契約しない ちょっと待て! と、たしかめて
----------------------------	------------------------	--------------------------------------	---------------------------------

【相談・問合せ】消費生活センター☎内線 3233

避難行動要支援者支援制度のしくみ



■避難行動要支援者名簿に登録するには

登録には、避難行動要支援者調査票の提出(郵送可)、または民生委員によるひとり暮らし高齢者調査への回答が必要です。詳しくは生活安全課まで問い合わせください。

※地域支援者には、できる限りの支援をお願いするものであり、必ずしも支援できるものではありません。

市は、災害時に自力での避難が難しい「避難行動要支援者」の支援体制づくりを、自主防災会(自治会)、民生委員・児童委員、ご近所の方など、地域支援者の皆さまの協力をいただきながら進めています。

■避難行動要支援者とは

体の不自由な方やひとり暮らしの高齢者など、災害時にご自身やご家族だけでは避難行動が困難であり、次の項目に該当する方が対象となります。

- 認知症や寝たきりなど、要介護3以上の認定を受けている方
- 身体障害者手帳または精神障害者保健福祉手帳(いずれも1級または2級)の交付を受けている方
- 療育手帳(AまたはA)の交付を受けている方
- 精神障害者保健福祉手帳(1級または2級の交付を受けている方)
- 65歳以上のひとり暮らしの方

○右記に準ずる状況にあり、単独での避難が難しい方

避難行動要支援者名簿に登録されると、登録者の情報が居住地の自主防災会(自治会)や、民生委員・児童委員等に提供されます。

地域のみんなので支え合う 避難行動要支援者支援制度

【問合せ】
生活安全課
☎内線 3211、8



詳しくは
市HPで

子育て 子育て情報はここから

■ 2021 版子育てガイドブック「スマイル・スマイル」完成

妊娠や子育てに関する情報を1冊にまとめました。母子健康手帳交付時や子育て支援センターふあみりこ、子ども政策課窓口などで配布しています。



■ 妊娠・子育て応援サイト「スマイル・スマイル」

妊娠・出産・子育てに関する最新情報、イベント情報・施設情報など、便利な情報が満載です。



■ インスタグラム「ゆるゆる子育てひたちなか」

Instagram「ゆるゆる子育てひたちなか」を開設しました。子育てに奮闘中のママ職員が「子育て支援コンシェルジュ」として、ゆる～くて気楽～な等身大の子育てスタイルを配信中です。フォローよろしくお願いします。



【問合せ】子ども政策課内線 7227

支援 いばらき身障者等用駐車場利用証

公共施設や商業施設などにある車いすマークの駐車場を、必要としている方が気兼ねなくお使いいただけるように、利用証をお渡ししています。

■ 対象者

- 障害者手帳をお持ちの方（手帳の等級により交付されます）
- 高齢者の方（介護認定を受けた方で要介護度1以上の方）
- 難病患者の方
- 妊産婦の方（妊娠7カ月～産後6カ月の方）

詳しい対象要件や申請に必要な証明等は、市HPをご覧ください。



■ 申請窓口

障害福祉課・那珂湊支所（保険福祉担当）

【問合せ】県長寿福祉推進課☎ 301-3326（直通）
市障害福祉課☎内線 7211～4

子育て お子さんの悩みはありませんか ひとりで悩まないで一緒に考えましょう

■ お子さん(18歳未満)に関するさまざまな相談をお受けします

- 家庭での養育や生活上の問題、虐待などの相談
- 育児やしつけに困っている ○ 困った行動がみられる
- 子どもの身体や発語、精神面の発達に不安がある

■ どのように相談すればいいの？（相談費用無料）

- 電話相談 ☎ 273-0117（直通） ○ メール相談
- 来所相談（来所前に必ずお電話ください）
月～金（祝・年末年始を除く）午前9時～午後5時30分



▲メール相談

5月5日（こどもの日）から11日は、児童福祉週間です
「あたたかい ことばがつなぐ こころのわ」
～令和3年度児童福祉週間標語～

体罰等によらない子育てを社会で応援しましょう

2019年6月に成立した児童福祉法等の改正法で、子どもへの体罰が許されないものであることが法定化され、2020年4月1日から施行されました。
虐待かもと思ったら189番（児童相談所虐待対応ダイヤル）へお電話を。詳しくは市HPをご覧ください。



【問合せ】家庭児童相談室（子ども政策課内）☎内線 7221、2、8

補助 生ごみ処理容器の購入費を補助します 申請受け付けを5月6日より開始

受付期間	令和4年3月31日まで (土日祝年末年始を除く。予算がなくなり次第終了)		
受付場所	廃棄物対策課（第2分庁舎3階）		
補助対象	コンポスト容器 1世帯2基まで	密閉型発酵容器 1世帯2基まで	電動式処理容器 1世帯1基まで
補助額	生ごみ処理容器本体価格（税抜価格）の2分の1（上限2万円） ※ボカシやチップ等の基材、発酵促進剤などは補助対象外		
要件	①市内に住民登録をし、実際に居住していること ②販売店で購入した新品であるもの（中古品やオークション等の個人売買は不可） ③令和3年4月1日～令和4年3月31日に購入したもの		
必要書類	○領収書原本（購入者氏名、購入年月日・金額、販売店名称・所在地、購入容器の種類・型式の記載、販売店の社印等が押印されたもの） ○印鑑（スタンプ式は不可） ○振込先口座が分かるもの		

【申請・問合せ】廃棄物対策課☎内線 3324～6

善意のコーナー

市の発展や教育の充実、社会福祉増進等のため、皆さまから寄付をいただきました。

■ 令和2年10月～令和3年3月分（順不同・敬称略）

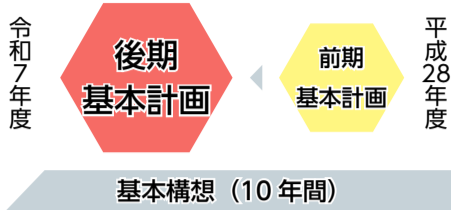
寄付者	寄付の内容	目的・用途など
(株)ファーストリテイリング	マスク 13,800 パック	小中学生・教職員の新型コロナウイルス感染予防のため
ひたちなか地区防犯協会	下敷き 1,400 枚	小学校新入学児童の交通事故等の防止啓発のため
茨城県石油商業組合	かけこみ110番クリアファイル 1,400 枚	
日本マクドナルド(株)	安全笛 1,400 個	
(株)常陽銀行	防犯ブザー 1,360 個	
(株)みずほフィナンシャルグループ 損害保険ジャパン(株) 明治安田生命保険相互会社 第一生命保険(株)	交通事故傷害保険付 黄色いワッペン 1,565 個	
常陸農業協同組合	交通安全帽子 1,415 個	
ひたちなか地区交通安全協会	安全傘 1,371 本 お守り型反射材 1,371 個	

寄付者	寄付の内容	目的・用途など
水戸ヤクルト販売(株)	非接触体温計 5 台ほか(276,660円相当)	社会福祉事業推進のため「福祉ふれあい基金」
ひたちなか市(旧勝田地区)自治会長OB会	30,000 円	
工機労働組合	10,000 円	
明治安田生命保険相互会社	150,000 円	図書館資料充実のため
海原 正三	1,000,000 円	緑のまちづくり事業推進のため
(株)日立ビルシステム	5,241 円	
工機労働組合	20,000 円	緑のまちづくり基金募金(市内29公共施設に設置)
	32,339 円	
大曾根・ニシノグループ 特定建設工事共同企業体	美乃浜学園のベンチ 6 基	竣工記念・教育活動に寄与
大成・宮本 特定建設工事共同企業体	美乃浜学園の屋外テント 1 基	竣工記念・学校運営支援
ハレルヤ・協進 特定建設工事共同企業体	美乃浜学園の屋外テント 1 基	
横建・大須賀 特定建設工事共同企業体	美乃浜学園の屋外テント 3 基	
(株)筑波銀行 ※横建工業(株) 発行の寄贈付私募債による	美乃浜学園の屋外テント 1 基	
(株)大曾根建設	屋外時計 1 基	美乃浜学園駅開業記念・駅利用者の利便性向上のため

新たなまちの価値を

これからのまちづくり

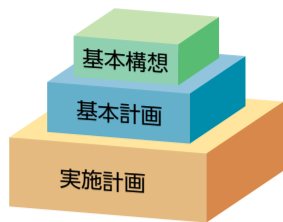
第3次総合計画 後期基本計画



平成28年度に策定した前期基本計画が終了し、令和3年度から新たに後期基本計画がスタートしました。

総合計画の構成

総合計画は3層で構成し、「基本構想」はまちづくりの大きな方向性を、「基本計画」「実施計画」では、その具体的な目標・実施方法を示しています。



基本構想に掲げる 将来都市像

世界とふれあう自立協働都市
～豊かな産業といきいきとした暮らしが広がる元気あふれるまち～

基本構想では、目指すべき暮らしとなるまち、暮らし続けたいまちをつくるための将来都市像を定めています。

総合計画とは

総合計画は、まちづくりのビジョン(基本的な考え方や将来都市像)を明らかにするとともに、さまざまな分野の基本的な目標と政策を体系化し、総合的・計画的に市政運営を行うための市の「最上位」計画です。

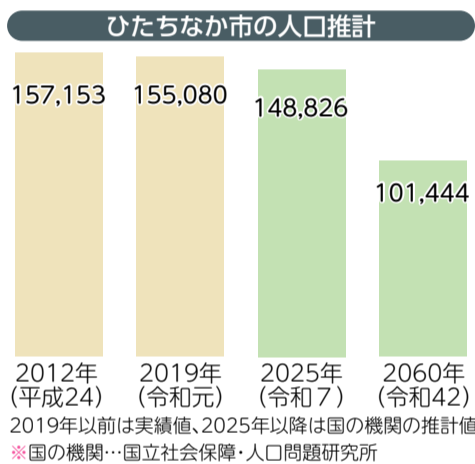
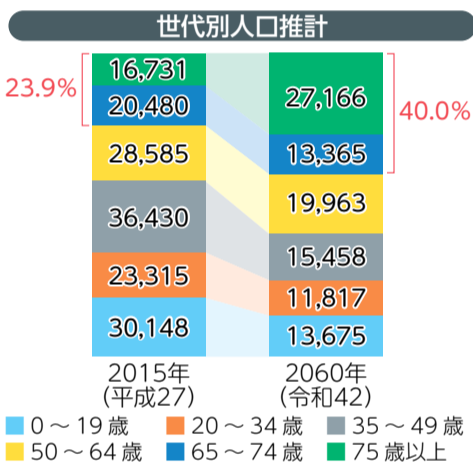
後期基本計画は、ひたちなか市のまちづくりを進める上での課題や、これからの5年間、市がどこを目指し、何を実現していくべきなのかを多くの方と共有するとともに、その方策を示しています。

人口減少社会への転換

市の人口は、平成24年をピークに減少傾向に入り、平成28年度から令和2年度までの前期基本計画の5年間は、本格的に人口が減少に転じた期間となりました。少子高齢化が進行するとともに、若年女性を中心に東京圏への人口流出が続いています。

想定より急速に進む人口減少

5年前に推計した令和7年度の想定人口は15万4千人でしたが、国の機関の令和元年の推計では、15万人を下回る14万9千人となっており、全国的な傾向と同様に、市でも想定より急速に人口減少が進んでいます。

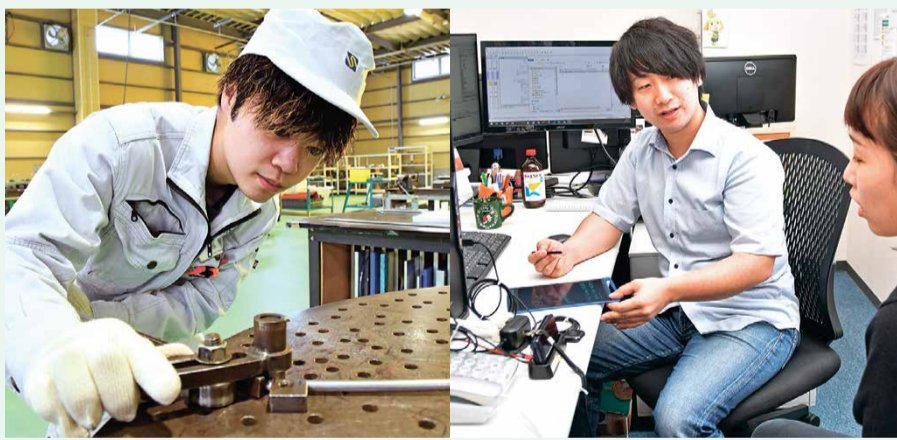


40年後のひたちなか市の人口

国の機関の推計では、40年後となる令和42年の市の人口は、現在の約2/3となる10万1千人、高齢化率は40%、未成年の人口は現在の約半分程度になると推計されており、長期的な視点からも、本格的な人口減少・高齢化が進むことが予想されています。

重点プロジェクト

03 UIJ ターン先として選ばれる まちづくり
- 学生が県外へ進学し、そのまま戻らず人口減少が続いています -



いただいたご意見 **加藤 貴輝 さん** (市内出身東京圏在住 20代男性)
＜グループインタビュー参加者＞

私は東京に進学後、やりたい仕事のため、そのまま東京に住んでいます。ひたちなか市にも魅力のある企業があるといいですね。それに、就職活動中に市内の企業情報とかが簡単に分かれば地元の就職も考えられたかもしれません。今は離れていますが、地元を良くするために何かできることがあれば協力したいと思っています。

これからの考え方と主な重点的な取り組み

市内出身者が地元に戻ってきやすい、また市外出身者が移住しやすいまちづくりを進めます。

- UIJ ターンがしやすいよう多様な働く場の確保に努めます。
- 進学に伴う転出学生等に対する就職に関する情報提供など、転出者との新たな関係づくりを検討します。
- 空き家活用の仕組みづくりなど、移住を促す取り組みを検討します。

04 シビックプライドを高める まちづくり
- まちづくりに対する自分ごと化をさらに進めます -



いただいたご意見 **市マーケティングアドバイザー 牧瀬 稔 氏**
(関東学院大学法学部地域創生学科准教授)

シビックプライドは「市民が抱く地域への愛着・誇り」という意味です。まちが持続的に発展していくためには必要要素です。シビックプライド事業は、私たちの心に働きかける取り組みです。先の読めない不確実な時代だからこそ、求められています。市民に強制すべきものではありませんが、市として推進することはよいと考えます。

これからの考え方と主な重点的な取り組み

シビックプライドを醸成することにより、定住や社会参加の意識を高めるまちづくりを進めます。

- 市の魅力を発見し、地域の良さを感じる取り組みを推進します。
- 地域の多世代の交流を促進し、多様な価値観に触れ、地域に愛着を感じる取り組みを推進します。

共に創る

まちづくりの羅針盤
ひたちなか市
第3次総合計画後期基本計画

始動。

後期基本計画の目標

重点テーマ
人口15万人が
維持できるまちづくり

今後、生産年齢人口の減少により市税収入の減少や社会保障関連経費の増加など、財政面での影響はもろろんのこと、支え合いや地域の活力の低下なども懸念されます。

後期基本計画では、この人口減少問題をまちづくりの総合的な課題として捉え、職・住・育が近接した持続可能なまちづくりを行うことにより、将来にわたって、より長く人口15万人を維持することを目標としました。

4つの重点プロジェクト

人口15万人の維持に向けて、効率的な施策の展開を図るため、「子育て世代に選ばれるまちづくり」、「シビックプライドを高めるまちづくり」など、優先的に4つの重点プロジェクトに取り組みます。

多様な声を反映した計画づくり

市民の意見をまちづくりに反映させるため、従来の手法と同様に、市民アンケート調査や市政懇談会、まちづくり市民会議などで寄せられた意見等を整理し、ニーズの把握を行っています。

さらに、表面に現れにくい若年層のニーズを探るため、中学2年生を対象としたアンケート調査のほか、高校生や大学生、自身の25歳前後の社会人などを対象としたグループインタビュー調査を実施しています。



高校生を対象としたグループインタビュー

新たなまちの価値を共に創る 選ばれるまちへ

少子高齢化や核家族化の進行とともに、人と人とのつながりの希薄化が進んでおり、日常における高齢者の見守りや子育てに不安を感じる保護者への支援など、これまでは地域の中で解決されてきたことも、社会構造の変化に伴い、新たな課題として対応が求められています。これらの課題は、行政だけでは十分な対応が困難であり、地域の方々との連携を密にしながら、適切

な役割分担のもとに解決策を探っていくことが重要です。

これまで、市では、高い市民力を活かした「自立と協働のまち」、企業城下町として転入者が多い地域性から生まれた「多様性を認め合うまち」、さらには「海や公園に代表される豊かな自然」、「古の営みや足跡が残る伝統ある歴史や文化」といった本市ならではの価値を守り、育んできました。

そして、後期基本計画で新たに位置付けた新たな4つの重点プロジェクトを推進し、ひたちなか市の新たな価値を創造していきます。

住み続けたい、働き続けたい、行ってみたい、応援したい、そう思ってもらえる人を増やすため、市民や事業者をはじめ、すべての力を合わせ、新たなまちの価値を創造し、「選ばれるまち」として次の世代に継承できるまちづくりを進めます。



市HP▶



概要版

図書館やコミュニティセンター、市役所などで後期基本計画の概要版を配布しているほか、市HPでダウンロードできます。

【問合せ】

企画調整課

☎内線 1313

15万人を維持するための

4つの

01 子育て世代に選ばれるまちづくり

—子育て世代が近隣市などに転出し、人口減少が続いています—



いただいたご意見 市総合企画審議会
安のり子 委員 (NPO 法人やす託児所理事長)



私は普段から子育て世代に携わる仕事をしていますが、ひたちなか市にはお父さん・お母さんたちの知らない豊かな自然や公園など素敵な魅力がいっぱいあります。子育て世代に選ばれるためには、こうした魅力をもっともって伝えながら、家庭の経済負担を少なくし、地域で守っていくことが必要だと感じています。

これからの考え方と主な重点的な取り組み

子育て世代が安心して子育てをしながら、末永く住み続けられるまちづくりを進めます。

- 核家族化が進む子育て世代の保護者が、子育てに関する悩みや不安を抱え込まないよう相談体制を強化します。
- 働く子育て世代が安心して子どもを預けることができる環境を整備します。
- 市の子育てに関する魅力や必要な情報が届くよう、情報発信を行います。

02 F1層 (20歳～34歳女性) が住みやすいまちづくり

—若年女性が東京圏へ転出し、人口減少が続いています—



いただいたご意見 森田 愛弓 さん (市内在住 20代女性)
<グループインタビュー参加者>



市の魅力をもっと発信して、交流の盛んなまちになったら嬉しいです。それに、公共交通の充実や夜道の明るさなど、日常の安全安心もとっても大事ですね。将来的には家庭を持つことを考えると、しっかり働ける職場だけでなく、仕事と家庭が両立できる仕事であったり、多様な仕事があるのもまちを選ぶポイントです。

これからの考え方と主な重点的な取り組み

F1層にも「いいね、ひたちなか!!」と言われるまちづくりを進めます。

- 市での充実した日常生活をイメージできるよう市内外に情報を発信します。
- F1層が安心して居住できるよう、公共交通の充実等を図ります。
- ライフステージに合わせた多様な選択肢のある就業の場を確保し、女性が活躍する社会の実現に向けて取り組みます。

案内

●ひとり親世帯の方などへ給付金のお知らせ

ひとり親世帯等に対し、子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。この内、令和3年4月分児童扶養手当を受給する方(全部停止の方を除く)については、対象となる方へ4月下旬頃通知します。このほかに対象となる方の要件や手続きなどは、決まり次第、市HPや市報等でお知らせします。問合せ 子ども政策課☎内線 7224

●5月は水防月間でハザードマップ等を活用し水害に備えましょう

近年、台風や集中豪雨などによる水害発生リスクが高まっています。雨が多い季節に向けてハザードマップ等を活用し、避難経路の確認や備蓄品など日頃からの心構えを整えましょう。



▲市HP

問合せ 河川課☎内線 6413

●交通安全を守るために車両乗り上げブロック等の設置は危険です

道路上に車両乗り入れブロック等を設置することは、降雨時に冠水の原因になったり、事故を招いたりする危険性がありますので撤去してください。

■道路に張り出している樹木等の管理のお願い

敷地から道路に張り出している樹木の枝等は、通行上とても危険です。所有地の適切な管理をお願いします。

問合せ 道路管理課☎内線 6111、2

●オオキンケイギクの栽培は禁止です



5月から7月頃に鮮やかな黄橙色の花を咲かせるオオキンケイギクは、繁殖力が強く、生態系のバランスを崩す恐れがあるため「特定外来生物」に指定されています。飼育・栽培保管などが原則禁止されていますので、自宅に持ち帰ったり植えたりしないでください。▼駆除方法 所有地にオオキンケイギクが生えていたら、根を残さずすべて引き抜き2~3日天日にさらして枯死させた後、袋に密閉して燃やせるごみとして処分。＊花が咲き始める5月上旬頃から駆除してください。問合せ 環境保全課☎内線 3312、3

●公共下水道接続のお願い

次の区域で公共下水道が使用できるようになりました。生活環境向上のため、公共下水道へのすみやかな接続をお願いします。

＊公共下水道に接続するための排水設備工事は、必ず市の指定工事店に依頼してください。

供用開始の区域 中根の一部、武田の一部、馬渡の一部、田彦の一部、高場の一部、栄町2丁目の一部、富士ノ上の一部、船窪の一部

公共下水道に接続できる排水処理区域を対象に、下水道課職員が訪問し接続のお願いをしています。問合せ 下水道課☎内線 6314、5

●量水器(水道メータ)定期交換

有効期間(8年)が満了となる量水器を交換します。期間 5月21日(金)~7月14日(水) 対象 使用年数が7年目から8年目の量水器。該当する家庭には、検針票と合わせてお知らせを送付。＊交換は不在時でも実施します。費用 無料(別途修理が必要な場合はお客様負担) 交換作業員 市指定管工事業協同組合業者 ＊交換作業員は、市指定管工事業協同組合の腕章・胸章を着用しています。問合せ 水道事業所業務課給水係☎内線 22、3

●農業者年金をご存知ですか？

農業者年金は、農業者の生活安定や福祉の向上などを目的に、国民年金に上乗せする公的年金制度です。

加入要件 60歳未満の国民年金の第1号被保険者で、年間60日以上農業に従事する農業者の方 安心の積み立て方式(確定拠出型) 加入者の支払った保険料は、将来自らが受給する年金に使われます。また、支払った保険料の全額が社会保険料控除の対象となります。問合せ ▼制度の内容について 農業者年金基金☎03-3502-3942 ▼加入について 農業委員会☎内線 1327

●全国瞬時警報システム(Jアラート)全国一斉情報伝達訓練

地震・津波や武力攻撃などの発生に備え、Jアラートの作動試験を実施します。防災行政無線(屋外放送塔、戸別受信機)から、全国で一斉に試験放送が流れます。日時 5月19日(水) 午前11時 放送内容 「これは、Jアラートのテストです。(3回繰り返す)こちらはひたちなか市役所です」 ＊国民保護サイレンは使用しません。訓練15分前に予告放送を実施します。問合せ 生活安全課☎内線 3211、8

●ふれあいサロン(視覚障害当事者相談)を開設

開催日 毎月第3水曜日 場所 県立視覚障害者福祉センター 対象 県内に居住する視覚障害者とその家族および視覚障害者を支援する立場にある方 問合せ 茨城県視覚障害者協会☎221-0098

市内7カ所・24時間(無休)

市営駐車場のご案内

市では、道路通行の円滑化などを目的に駐車場を運営しています。

駐車できる車種や料金体系など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

＊全駐車場で二輪車の駐車不可。二輪車は、市営元町自転車駐車場(駐輪場)または勝田駅西口自転車駐車場(駐輪場)をご利用ください。



▲各駐車場のご案内



▲各駐車場の料金

【問合せ】 商工振興課☎1341、2

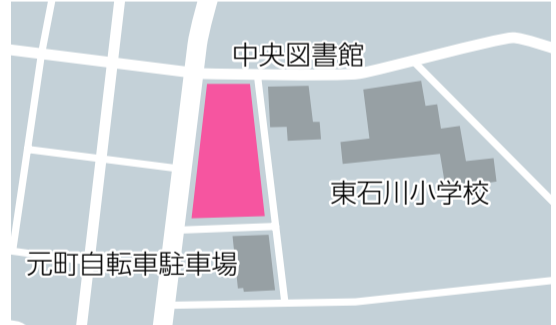
■勝田駅東口広場駐車場(勝田中央1番15) 駐車台数 14台



■勝田駅西口広場駐車場(勝田本町35番) 駐車台数 17台



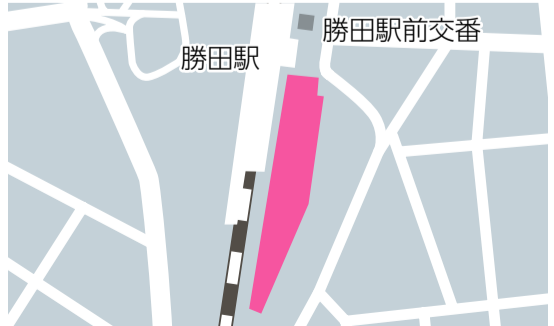
■元町駐車場(元町4番4) 駐車台数 117台



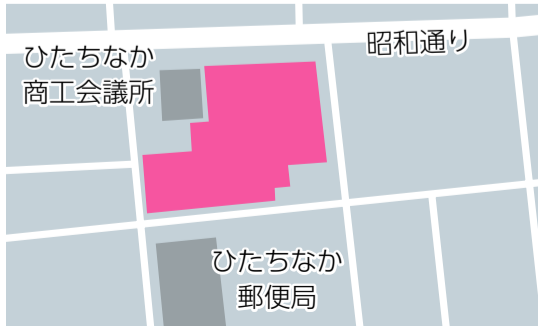
■佐和駅西口広場駐車場(高場一丁目12番) 駐車台数 21台



■勝田駅東口南駐車場(勝田中央1135番4) 駐車台数 219台



■勝田中央駐車場(勝田中央14番1) 駐車台数 195台



■海門町駐車場(海門町一丁目5940番) 駐車台数 19台



募 集

●「おしゃべりサロンうきうき」参加者募集

日時 6/24(水)、7/22(水)、9/30(水)、10/28(水)、11/25(水) 午前9時30分～11時30分 場所 ふあみりこらば 内容 体操を交えながら健康・仲間・生きがいづくりの場です 定員若干名 費用 200円 申込み・問合せ 5月5日(水)までに電話で市ネットワーク連絡協議会担当(大和田) ☎090-1849-9322

●令和4年成人の集い 実行委員を募集します

成人の集いの企画運営に参加して、一緒に成人の集いを作り上げていきませんか。 申込資格 ①～③を全て満たす方 ①平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれ ②市内在住または市内に以前在住していた方 ③9月から6回程度の会議に出席できる方 開催日 令和4年1月9日(日) 申込み 8月31日(水)までに申込フォームまたは電話で青少年課 ☎272-5883 ※成人の集い最新情報はブログをご覧ください



▲申込フォーム



▲成人の集いブログ

●ひとり親家庭自立促進 「家庭生活支援員養成講習会」

日時 ▼講義 6月5日(水)、19日(水)、7月3日(水)、17日(水) (全4日)

▼実習 平日3時間(期日未定 全1日) 場所 県母子寡婦福祉連合会母子・父子福祉センター 対象 ひとり親家庭の母・父および寡婦 定員 20人 費用 無料(交通費一部負担) 託児 あり 申込み・問合せ 5月21日(金)までに同センター ☎221-8497 (FAX 221-8618)

●初めて学ぶ聴覚障害者支援講座 グラレコを使って要約スキルを学ぼう グラフィックレコーディング(伝えたいことを文字とイラストで可視化して伝える手法)や要約筆記(話の内容をその場で要約して文字にして伝える方法)を学びます。

日時 (全3回)

6月1日(水)	午後1時30分～4時30分
6月8日(水)	午後2時～4時
6月15日(水)	

場所 市総合福祉センター 定員 15人 ※全3回参加できる方 費用 無料 申込み・問合せ 5月21日(金)までに直接または電話、メールで市社協窓口 西大島(平日午前9時～午後5時) ☎274-5135、メール: hnsha-vc@hitachinaka-syakyu.or.jp

●市赤十字奉仕団員募集

赤十字奉仕団は、赤十字活動を支えるボランティアで、赤十字の普及・啓発や地域の防災力を高めることなどを目指して活動しています。 主な活動 ○イベント会場での赤十字事業の普及・啓発活動、義援金募集 ○勝田全国マラソンにおける援助物資配布などの地域貢献活動 ○地域の炊き出し訓練への協力 ○救

急法、幼児安全法などの各種研修会受講による自己研鑽 対象 おおむね18歳以上で、市内在住の方

■5月は「赤十字運動月間」です 広く市民の皆様に赤十字の理念や活動を周知するとともに、活動資金として年間500円以上をご支援くださる方を募集しています。皆様からいただいた活動資金は、災害時の医療救護活動や救援物資の配布、平時は救急法の普及や青少年赤十字・ボランティアの養成などの財源となります。ご協力をお願いします。 問合せ 地域福祉課 ☎内線7202、3

●災害ボランティアに 事前登録しませんか

市災害ボランティアセンターでは、災害時に迅速なボランティア活動を行うため、Webでのボランティア事前登録を行っています。皆さまのご協力をお願いします。 登録はこちら▶



対象 県内在住の高校生以上の方 ※未成年者は活動時に親の同意書が必要 内容 ○軽トラック等での家財運び出し ○被災居宅の家財片づけ ○土砂出し ○床下作業 ○重機操作等特殊ボランティア活動 など 問合せ 市社会福祉協議会 ☎274-5135

●甲種防火管理者 資格取得講習会

日時 5月27日(水)、28日(木)(2日間) 午前9時～午後3時 場所 ひたちなか・東海広域事務組合消防本部 対象 防火管理者に選任される予定の方、または防火管理者の代行者として防火管理業務に従事することが予想される方 定員 先着35人 費用 無料(別途テキスト

代4,800円を講習会初日に支払) 申込み・問合せ 5月11日(水)～18日(水)の午前9時～午後4時に、受講申請書(消防本部HPからダウンロード、または消防本部および各消防署受付に備え付け)、写真1枚(縦4cm×横3cm、正面上半身像)を添えて消防本部予防課 ☎271-0735

●勤労者福祉サービス センター会員募集

会員になるとお得がいっぱい! 慶弔給付金やチケット割引販売などさまざまな特典があります。 会員特典 ○慶弔給付(成人・結婚・還暦等祝金、災害見舞金、永年勤続等) ○提携する施設の割引(レジャー・宿泊施設、映画の入場券の割引等) ○健康診断助成 など 入会条件 市内に在住または勤務している方で、就労している方 会費 入会金1,000円、月会費1,000円 申込み・問合せ 勤労者福祉サービスセンター ☎271-0520

●みんなで遊ぼう ニュースポーツの集い

日時 5月30日(日) 午前9時10分～11時50分(受付:午前8時30分～) 場所 松戸体育館 内容 ユニカール、パッゴ、オーバルボール、ニチレクボール 講師 市レクリエーション協会所属インストラクター 定員 100人(家族・グループ可) 費用 無料 持ち物 室内シューズ、タオル、服装は自由 申込み・問合せ 5月21日(金)までに、FAXまたはハガキに①住所 ②氏名 ③電話番号 ④参加者全員の氏名を記入し、レクリエーション協会事務局(樫村) ☎262-3956(FAX同、〒311-1221 湊本町22-11)

下水道事業受益者負担(分担)金の納期限

期別	1期	2期	3期	4期
納期限	5月31日	8月31日	11月30日	2月28日

- 4月30日(金)に、令和3年度分の下水道事業受益者負担(分担)金の納入通知書を発送します。納期限までに必ず納付してください。
- 全額、または1年分を第1期納期限前に一括納付された場合は、最高で50,000円(1年分は10,000円)を限度に報奨金が受けられます。また、金額に応じて最長5年間での分割納付も可能です。
- 口座振替を検討される場合は、納入通知書裏面記載の金融機関・ゆうちょ銀行・郵便局で手続きをお願いします。

【問合せ】下水道課 ☎内線6312



火災を見つけたら すぐに119番 通報を!



令和元年中の全国の全火災件数37,683件のうち、放火および放火の疑いによる出火件数は4,567件(約12.1%)に対して、ひたちなか市・東海村内の全火災件数46件のうち12件(26%)を占めています。

放火火災防止対策のより一層の推進を図るため、屋外に燃えやすい物品を放置しないことや、自動車等のボディカバーに防炎品を使用することが効果的です。また、深夜の時間帯や人目のつかない場所で発生することが多いため、消防署への通報が遅れ、被害が拡大するおそれがあります。被害を最小限に食い止めるために重要なことは、素早い119番通報です。

【問合せ】消防本部予防課 ☎271-0735

水戸・勝田都市計画に関する案の縦覧

案の内容	場 所	期 間	意見書の提出先
都市計画区域 マスタープランの変更	県都市計画課 市都市計画課	5月17日(日)～31日(日) ※①②を除く	茨城県知事 大井川 和彦 (県土木部都市局都市計画課扱い)あて (〒310-8555水戸市笠原町978番6)
区域区分、臨港地区の変更 (茨城港常陸那珂港区地区)			ひたちなか市長 大谷 明 (都市整備部都市計画課扱い)あて (〒312-8501東石川2-10-1)
用途地域の変更 (茨城港常陸那珂港区地区・阿字ヶ浦地区)	市都市計画課		
防火地域及び準防火地域の変更 (阿字ヶ浦地区)			
地区計画の変更 (阿字ヶ浦地区)			

■意見書の提出 案に対しご意見のある方は、縦覧期間中に意見書を提出することができます。縦覧場所に備えつけもしくは県または市ホームページに掲載している様式に必要事項を記載し、持参または郵送で提出してください。(5月31日(日)必着)

【問合せ】県土木部都市局都市計画課 ☎301-4592 都市計画課 ☎内線1361、2

文化・教養

●コミュニティギャラリー展示

開催期間	展示名
4/28(㊥)～5/3(㊤)	ひたちなか青少年少女発明クラブ作品展
5/5(㊥)～10(㊤)	第19回ノン・ブラック写真部展
5/12(㊥)～17(㊤)	游刻会 篆刻作品展
5/19(㊥)～24(㊤)	ヤーンボミングdeひたちなか回顧展

開館時間 午前10時～午後8時
 ※㊥休館 問合せ 市民交流センターひたちなか・ま ☎276-0101

●ひたちなか・ま講座

■心をつなぐ手紙教室
 日時 毎月第1・3(㊥)(初回:5月21日㊥、全12回) 午後1時30分～3時30分 場所 市民交流センター 内容 インパクトのある文字と言葉をハガキに託し、思いやる心を相手に贈りましょう 費用 500円/1回 持ち物 下敷き、半紙、墨汁 定員 15人 申込み・問合せ 市民交流センターひたちなか・ま ☎276-0101、FAX276-0104

●男女共同参画講座

■マスク生活をハッピーにするメイクとスキンケア
 日時 5月28日(㊥) 午前10時～11時30分 場所 ふあみりこらぼ 講師 榎ふおれすと ビューティー

コンシェルジュ 菊地 美代子さん
 対象 市内に居住、通勤、通学する方 定員 20人 費用 無料 持ち物 筆記用具、卓上鏡 申込み・問合せ 5月7日(㊥)～電話で男女共同参画センター ☎354-0167

●中学生向け理科教室 サイエンスこらぼ

日時 5月～翌年2月までの毎月第3日曜日 ※10・12月は第2日曜日(全10回) 午後1時30分～4時 場所 ふあみりこらぼ 内容 実験や工作などを通して科学技術に対する理解、興味・関心を深める 講師 ひたちなか理科クラブ 定員 15人程度 費用 教材費として1回受講につき500円を予定 問合せ ひたちなか理科クラブ事務局(小山) ☎285-6318、メール:t_koyama@cameo.plala.or.jp

●しまじろうコンサート

すずめ!たからのしまのだいぼうけん
 日時 6月26日(㊤) ①午前10時 ②午後1時 ③午後3時40分 場所 市文化会館 費用 3,480円(全席指定) ※3歳未満は保護者1人につき1人まで膝上無料、席が必要な場合は有料 申込み・問合せ 5月9日(㊤)午前9時～電話で文化会館 ☎275-1122

●パソコン講座

■やさしく学ぶJw_cad 基礎コース(8日間)
 日時 5月31日(㊤)～6月10日(㊤)(4日(㊥)、㊤(㊤)を除く) 午後6時～8時30分 場所 ひたちなか商工会議所本所 定員 先着8人 費用 会員16,000円、一般19,000円 申込み・問合せ ひたちなか商工会議所 ☎273-1371

●ひたちなかテクノセンター 経営力向上セミナー

■Word・Excel2013 基礎講座
 日時 5月13日(㊤)、14日(㊥) 午前10時～午後5時 定員 先着8人 費用 受講料16,500円、テキスト代2,200円

■Excel2013 応用講座
 日時 5月18日(㊤)、19日(㊤) 午前10時～午後5時 定員 先着8人 費用 受講料16,500円、テキスト代2,200円

■基礎から学ぶ社会保険の仕組みと実務
 日時 5月20日(㊤) 午前10時～午後4時 定員 先着12人 費用 受講料10,890円、テキスト代1,620円

■Access2013 基礎講座
 日時 5月25日(㊤)、26日(㊤) 午前10時～午後5時 定員 先着8人 費用 受講料16,500円、テキスト代2,200円

★共通

場所 ひたちなかテクノセンター
 その他 各セミナーに受講条件あり 申込み・問合せ 同センター企業支援部研修G ☎264-2200

コミュニティセンター

●佐野コミセン ☎285-6685

■佐野フリースクール
 日時 6～12月 第1火曜日 午前9時30分～11時30分(全6回) 費用 参加費600円、材料費6,000円(全6回分) 定員 15人 申込期間 4月26日(㊤)～5月14日(㊥)

●田彦コミセン ☎274-5222

■ひまわりクラブ(ジャズダンス)
 日時 第1～4火曜日 午後4時30分～6時 対象 3～12歳(小学6年生まで) 費用 2,000円/月

●ゴールデンウィーク期間のごみ収集日変更

■燃やせないごみ
 第1、3月曜日地区、第1、3火曜日地区、第1、3水曜日地区
 5月3日(㊤)⇒5月10日(㊤)
 5月4日(㊥)⇒5月11日(㊥)
 5月5日(㊦)⇒5月12日(㊦)
 ■資源回収
 第1、3火曜日地区
 5月4日(㊥)⇒5月8日(㊤)
 問合せ 廃棄物対策課 ☎内線3324～6

障害基礎年金のご案内

障害基礎年金は、病気やケガで障害の状態になった方で、日常生活を送ることに著しく支障がある方を対象に審査のうえ支給されます。

- 受給要件 ①～③の全てに該当する方が対象
- ①障害の原因となった病気やけがの初診日が次のいずれかの間にあること
 - 国民年金加入期間
 - 20歳前または日本国内に住んでいる60歳以上65歳未満の方で、年金制度に加入していない期間
 - ※高齢基礎年金を繰り上げて受給している方を除く。
 - ②初診日の前日に、初診日がある月の2カ月前までの被保険者期間で、国民年金の保険料納付済期間(厚生年金保険の被保険者期間、共済組合の組合員期間を含む)と保険料免除期間をあわせた期間が3分の2以上ある。または初診日の2カ月前までの直近1年間に保険料の未納がない。
 - ③障害の程度が、国民年金法施行令で定められている障害者等級表の1級(常時介護を必要とする)または2級(日常生活に著しく制限を受ける)の方
 - ※障害者手帳の等級とは基準が異なります。

■障害基礎年金額(令和3年度年額)
 ▼1級 976,125円 ▼2級 780,900円
 ※子の加算額が付く場合があります。

- 相談等に必要なもの
- 初診日を含む病院の通院歴
 - 年金手帳、障害者手帳等
 - 障害年金に関する相談・申請等は平日のみ。事前に電話予約可
 - 本人以外の代理人(家族等)申請は、委任状と代理人の本人確認書類(運転免許証等の顔写真付き)
 - ※過去に、初診日が分からず請求に至らなかった方でも、新たな取り扱いにより審査が可能となる場合がありますので、ご相談ください。

【申請・問合せ】 国保年金課 ☎内線 1185、6
 水戸北年金事務所 ☎231-2283

スズメバチに注意しましょう



ハチの活動が活発化する時期になりました。特に、スズメバチはハチの中でも最も大型の種類で、巣を守るために人を襲うことがあります。スズメバチから身を守るため、次のことに注意してください。

スズメバチの巣

(営巣初期の巣)
(逆さ徳利型)



(営巣後期の巣)
(丸いボール型)



■巣を作らせないようにしましょう

- 生い茂った場所、人の出入りの少ない場所にスズメバチは巣を作ります。庭を整頓して、樹木の定期的な剪定をしましょう。
- 屋根裏や、壁の隙間に巣を作られないよう、ハチの進入経路となる亀裂、隙間等は補修し、通気口に目の細かいネットを取り付けると進入を防ぐことができます。

■刺されないよう自己防衛

- 巣には近づかず、刺激をあたえないようにしましょう。
- 山に入るときや、巣がありそうな場所で作業するときは、帽子をかぶり、白い服装を着用してください。

■巣の駆除費用の補助制度

対象 次の①～④の全てに該当する場合 ①スズメバチの巣 ②市内に建てられた個人の住居等(店舗併用住宅の住居部分・付属建築物を含む)に作られた巣 ※アパート等賃貸物件は対象外 ③駆除委託先が市内の業者④駆除が完了した日から1カ月以内の申請
 補助金額 駆除委託費用(上限10,000円)
 申請方法 領収書の写し、印鑑(インク浸透印は不可)、駆除前・駆除中・駆除後の様子・スズメバチの巣の写真(業者で用意できる場合あり)、振込先口座がわかるものを持参して、環境保全課で申し込み
 その他 市では、ハチおよびハチの巣の駆除作業は行っていません。また、巣の作られた場所によっては、補助の対象とならないことがありますので、事前に問い合わせください。市HPでも確認できます。

【問合せ】 環境保全課 ☎内線 3312、3

保 健
健康推進課
(ヘルス・ケア・センター)
☎ 276-5222

●**プレパパ・プレママ教室**
日時 5月29日⑤ 受付時間 ①午前8時50分～9時 ②午前10時30分～40分 ※要予約 場所 ヘルス・ケア・センター 内容 出産・育児のDVD上映、お風呂の入れ方実習 対象 市内在住の妊娠30週前後の妊婦(同伴者1人) 定員 各8組 費用 無料 持ち物 母子健康手帳、筆記用具、飲み物、バスタオル、テキスト(母子健康手帳配布時に貰った方) 予約開始日時 4月28日⑤正午～(電子申請のみ)



市HP▶

●**大腸がん集団検診の容器配布**
大腸がんの早期発見には便潜血検査が有効です。40歳を過ぎたら年1回は検診を受けましょう。
配布期間 4月26日⑤～令和4年2月21日⑤ 午前8時30分～午後5時30分 ※⑤⑥⑦、年末年始を除く 場所 ヘルス・ケア・センター、那珂湊保健相談センター 持ち物 受診券(4月上旬に発送済み)、無料クーポン券(7月中旬に発送予定、対象者については市HPをご覧ください) ※未登録の方は、はがき・FAX・電子申請でヘルス・ケア・センターに申し込みください。

●**血糖値が気になる方のための教室**
日時 ①夏コース(6月22日⑤、7月20日⑤) ②冬コース(11月19日⑤、12月13日⑤) 午前10時～11時30分 場所 ヘルス・ケア・センター 内容 糖尿病を予防する

ための食事のポイント、食習慣質問票の解析および説明など 講師 管理栄養士、食生活改善推進員 対象 血糖値が気になる方など 定員 各コース先着20人 費用 300円(食習慣解析代) 申込み ヘルス・ケア・センター

●**歯の何でも電話相談**
☎ 823-7930

歯科医師による無料電話相談です。子どもから高齢者まで歯に関する悩みや質問などお気軽に電話ください。(主催:県保険医協会) 日時 6月6日⑤ 午後1時～4時

相 談

●**5月の弁護士相談(無料)**
日時 5月6日⑤、11日⑤、18日⑤、25日⑤ 午後1時～4時 ※要予約 場所 市民相談室(市役所1階・広報広聴課内) 対象 市内に住居登録のある方 定員 各日6人(1人25分程度) 注記 弁護士の職務・業務、法律で定められている範囲内での相談になります。書類作成などの具体的な法的手続き、既に弁護士に依頼している案件、相談内容が係争中の案件、同一案件の繰り返しの相談はできません。 申込み・問合せ 広報広聴課 ☎内線1154

●**市民相談(無料)**
日時 月～金 午前9時～正午、午後1時～4時30分(受付:4時まで) ※申込不要 場所 市民相談室(市役所1階・広報広聴課内) 内容 心配ごとの相談、専門機関への案内など 問合せ 広報広聴課 ☎内線1155

●**行政書士相談会(無料)**
日時 ①5月6日⑤ ②13日⑤ ③20日⑤ ④27日⑤ 午後1時～4時 ※申込不要 場所 ①③市民ホール(市役所1階・国保年金課前) ②④那珂湊支所(2階・会議室3) 内容 営業許可、契約書、相続、遺言など 問合せ 県行政書士会水戸支部 ☎251-3101

●**行政相談会(無料)**
日時 5月19日⑤ 午後1時～3時 ※申込不要 場所 市民ホール(市役所1階・国保年金課前) 内容 国の行政サービスに関する苦情や手続きに関すること 相談員 行政相談委員 問合せ 総務省行政相談センターさくみみ茨城 ☎253-1100

図書館

●**佐野図書館** ☎270-3811
■**サンデーシアター(事前申込イベント)**
日時 5月9日⑤ ①午前10時～②午後2時～ 場所 視聴覚室 内容 「ボブという名の猫～幸せのハイタッチ～」(103分) 定員 各回先着10人 申込み 5月2日⑤午前9時～直接または電話で申し込み
■**おはなしのかい(事前申込イベント)**
日時 5月15日⑤ 午前11時～11時30分 場所 視聴覚室 内容 幼児向けのおはなしかい 対象 マスクが着用できる幼児の親子先着8組 申込み 5月11日⑤午前9時～直接または電話で申し込み

■**体育施設イベント案内** 総＝総合運動公園

月	日	イベント	場所
5	5⑤・8⑤	関東高校サッカー県大会	総 スポーツ広場
	9⑤	全国クラブサッカー選手権県予選	総 スポーツ広場
	11⑤	関東高校サッカー県大会	総 陸上競技場
	14⑤～16⑤	関東高等学校男女バレーボール大会県予選会	総 総合体育館
	15⑤	JFA レディースサッカーフェスティバル	総 陸上競技場
	16⑤・23⑤	全国クラブサッカー選手権県予選	総 スポーツ広場
	22⑤・23⑤	天皇杯1回戦	総 陸上競技場
	23⑤	県少年剣道選手権大会兼全国大会予選	総 総合体育館
	30⑤	全国クラブサッカー選手権大会	総 陸上競技場
	6	4⑤～6⑤	関東高等学校女子バレーボール大会

【問合せ】総合運動公園 ☎273-9370

■**文化会館イベント案内**

月	日	開演	イベント
5	30⑤	17:00	鼓動ワン・アース・ツアー2021～鼓
6	5⑤	14:00	劇団銅羅 演劇「いのちの花」～捨てられた犬と猫の魂を花に変えた私たちの物語～

【問合せ】文化会館 ☎275-1122

各種がん検診・ヤング健診は予約制で行います

電子申請または電話で申し込みください。検診ごとに予約開始日が異なりますので、詳しくは受診券(黄色)をご確認ください。
※予約は、先行予約ができる電子申請が便利です。電話予約は、健康推進課 ☎276-5222 まで。



▲登録・予約はこちら

ヤング健診を受けましょう

5月11日⑤より予約開始。1年に1回は健康チェックを!
日程・場所は、ヤング健診受診券または市HPをご覧ください。




受付時間 ▼午前9時30分～11時30分 ▼午後1時30分～3時30分
対象者 18歳～39歳の方
検査項目 問診、身体計測、血液(脂質、肝機能、血糖検査)、血圧、尿、(蛋白、糖)、血液(貧血検査、腎機能検査)、保健指導
個人負担 1,800円
申込方法 電子申請または電話

予約はこちら▶



●受診には、健診登録をした方に発行される受診券が必要です。登録がお済みでない方は、市HPを確認して申し込みください。

【問合せ】健康推進課(ヘルス・ケア・センター) ☎276-5222



たかはし歯科医院
高橋 琢男

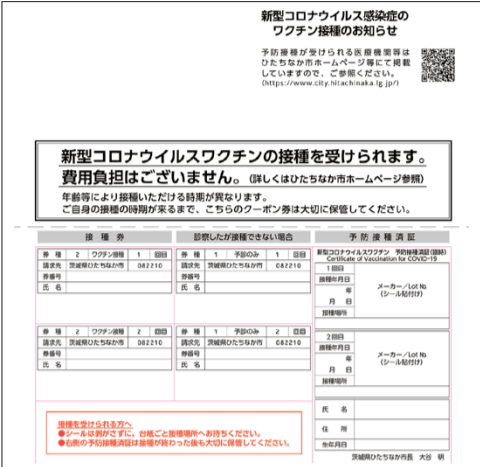
健康メモ
For Your Health

感染症と口腔ケア


現在大流行の新型コロナウイルス感染症ですが、予防が何より大切です。口腔ケアが多くの感染症の予防に役立つのです。
口腔ケアが、インフルエンザを抑制するという報告があります。ウイルスは、口やノドの粘膜から細胞内に侵入するのですが、口腔ケアを怠ると歯周病菌の酵素が粘膜を傷つけ、より感染しやすくなります。
高齢化や全身状態が悪くなると、食べ物や唾液等をうまく呑み込めず、誤嚥(気管に入ってしまうこと)が起こりやすくなります。口の中が汚いと、この誤嚥による肺炎リスクが高まるのです。
新型コロナウイルス感染症では、口の中が不衛生だと体の免疫反応が暴走したり、細菌による炎症を併発し、肺炎が重症化したりする傾向があるようです。対策としてのホームケアですが、うがい、歯みがき、舌磨き、さらに義歯の清掃など、基本的なケアの積み重ねがきわめて大事になります。併せて歯科医院での定期ケアです。
また、食べ物をうまく噛めないと、偏食や低栄養による免疫力の低下がおこり、栄養の面からも感染のリスクが高まります。
お口の中でどこか調子が悪い方はそのまま放置せず、また調子が良い方でも、定期的な口腔ケアで歯科医院を受診しましょう。

新型コロナウイルスワクチン接種の流れ

1 65歳以上の高齢者の方にクーポン券が届く(4月22日発送)



2 接種場所・日程を確認して予約する

	個別接種	集団接種
予約開始	5月中旬以降開始予定	5月10日(日) 午前9時30分～
予約方法	医療機関によって異なります クーポン券の同封チラシをご確認ください	コールセンターまたは専用ホームページで予約 予約専用HP▶ 
接種場所	市内53医療機関(4月15日現在)	ヘルス・ケア・センター ホテルクリスタルパレス 阿字ヶ浦クラブ

※詳しい予約方法や個別接種実施医療機関名は、クーポン券に同封する案内をご覧ください

3 接種を受ける

- 同じワクチンを原則同じ場所で接種(3週間以上の間隔をあけて2回)
- 持ち物: クーポン券、身分証明書(免許証、健康保険証など)、お薬手帳、眼鏡等

【ワクチン接種に関する問合せ】

ひたちなか市
新型コロナウイルスワクチンコールセンター
午前9時30分～午後5時(平日のみ)
☎ 0120-950621

65歳未満の方 詳細が決まり次第、市HPや市報等でお知らせします。 【問合せ】健康推進課(新型コロナウイルスワクチン接種対策担当) ☎276-5222 内線300,306~8

新型コロナウイルス感染症関連情報

新型コロナウイルス感染症に関する情報は、市ホームページで随時発信しています。



市HP▶ [こちら](#)

引き続き、感染症防止対策の徹底に、ご理解とご協力をお願いします。



ひたちなか・大洗・東海PRの日 & ひたちなかフラフェスティバル 2021

5月9日(日) 9:30～16:00
(フラフェスティバルは10:00開演) ※雨天中止

会場 国営ひたち海浜公園 水のステージ
※当日は、公園入園無料日(駐車料金別途)



ひたちなか・大洗・東海PRの日

3市町村やフラシティ「いわき市」のほか、今年は石垣市が初参加。夏の魅力的な観光情報をお届けします。



お昼のセレモニーはひたちなか市役所男性職員が「カネフラ」を披露

ひたちなかフラフェスティバル

大勢のフラ愛好家による優雅で情緒的なフラショーをお楽しみください



詳しくは市HPをご覧ください


【問合せ】観光振興課☎内線 1346、7

東京2020オリンピック・パラリンピック 聖火リレートーチツアー in IBARAKI



聖火リレートーチの巡回展示を実施します。
展示は、県内各市町村1～2日間程度で、4月1日(鹿嶋市)から7月1日(水戸市)まで、約3か月間かけて県内を巡る予定です。

■ひたちなか市での展示
期間 6月10日(土)、11日(日) 午前10時～午後4時
場所 市役所本庁舎1階市民ホール
※トーチに触れることはできません。

【問合せ】スポーツ振興課☎内線 2112

磯遊び王国 ひたちなか



平磯・磯崎の海岸線の磯場は、海の生き物と触れ合える「磯遊び王国」。
ヤドカリやカニなどを見つける楽しさを、ご家族やお友達と体験しませんか?

期間 3月頃～10月頃
時間帯 干潮の前後2時間程度
※潮位25cm以下が最適

磯遊び情報はこちら▶ 

【問合せ】観光振興課☎内線 1346、7

新型コロナウイルス感染症の拡大状況によって、行事やイベントなどが中止や変更になる可能性があります。市HPや各問合せ先でご確認ください。

市の人口	■住民基本台帳人口(市民課扱い)		■3月の人口動態		
	人口	157,672人	出生▶	87人	死亡▶
男	79,515人	転入▶	985人	転出▶	1,171人
女	78,157人				
世帯数	70,152世帯				3月末日現在



ホームページ
まちな話題ブログ
YouTube
LINE / Twitter
Instagram

https://www.city.hitachinaka.lg.jp
https://hitachinakacity.wordpress.com/
https://www.youtube.com/user/hitachinaka082210
@hitachinacity
hitachinaka_official