

市報

2022
No.659

5.25

ひたちなか

- 2 ひたちなかフラフェスティバル
- 水戸ホーリーホック「ひたちなか市の日」
- 3 子ども家庭総合支援拠点を設置しました
- 4 できていますか？災害への「備え」
- 5 ひたちなか学生エール便 ほか
- 6-7 令和4年度執行部紹介
- 8 食育月間、骨髄ドナー登録 ほか
- 9-11 暮らしの情報
- 12 新型コロナワクチン追加接種について 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



潮風香る

華麗なるフラの祭典



▲同時開催された「ひたちなか・大洗・東海PRの日」。観光案内や体験コーナーなど、さまざまなブースが並びました。



▲挨拶をする大谷明市長。セレモニーでは、市男性職員がカネフラを披露。



©MITOHOLLYHOCK

水戸ホーリーホック 「ひたちなか市の日」

5月8日、J2リーグ第15節 水戸ホーリーホック vs.FC町田ゼルビアの試合が、「ひたちなか市の日」として開催されました。熱戦の末0-0の引き分けとなりましたが、多くの市民がケーズデンキスタジアム水戸を訪れ、選手を鼓舞しました。会場内では、市のキャッチフレーズ「ひとが咲くまち。ひたちなか」とロゴマークのPR写真を撮影させていただきました。ご協力ありがとうございました。

ひとが咲くまち。
ひたちなか



シンガーソングライター
宇田まおさん



▲試合後に、ひたちなかPR大使の選手4人と市内小学生の交流イベントが行われました。

©MITOHOLLYHOCK

子どもたちの未来を守る— 子ども家庭総合支援拠点を 設置しました

設置の背景

本市では、「子育て世代に選ばれるまちづくり」を目指し、子育て支援センター「ふあみりこ」の充実や子育てサロンの支援等を進めています。その一方で子どもたちへの虐待等も増加しており、本市においても命に関わる痛ましい事案も発生しているところです。

このような状況を踏まえ、4月に子ども政策課の家庭児童相談室内に「子ども家庭総合支援拠点」を設置し、全ての子どもたちが健やかに育成されるよう、きめ細かな支援を行っています。

対象者

18歳未満のすべての子どもとその家庭、および妊産婦

支援体制

「子ども家庭総合支援拠点」は以下の職員を配置し、指導（虐待対応）と支援（相談対応）に関わる職員を分けることで、効果的な支援を行います。

子ども家庭支援員	子どもや家庭からの相談対応、子育て支援等
虐待対応専門員	虐待相談、虐待が認められる家庭への支援、介入、指導等

【問合せ】家庭児童相談室（子ども政策課内） ☎内線 7221、2、8

業務内容

- ①子ども家庭支援全般に係る業務（実情の把握、情報の提供、相談等への対応、総合調整）
- ②要支援児童、要保護児童、特定妊婦等への支援業務
- ③関係機関との連絡調整（要保護児童対策地域協議会の活用、児童相談所との連携・協働、他の関係機関との連携）
- ④その他の必要な支援（里親支援等）

一般的な子育てに関する相談から、さまざまな理由による養育困難や児童虐待等に関する相談について対応し、関係機関と連携しながら支援を行います。

家庭児童相談室における相談件数（単位：人）

種別	R1	R2	R3
養護相談（児童虐待相談、その他の相談）	9,390	8,632	8,550
保健相談	44	17	8
障害相談（言語発達障害相談、自閉症等相談等）	254	195	79
非行相談（ぐ犯行為等相談、触法行為等相談）	0	0	0
育成相談（性格行動等相談、不登校相談等）	437	339	280
その他の相談	314	221	221
計	10,439	9,404	9,138

※相談対応した世帯の児童の延べ人数

相談方法

- 電話相談 ☎ 273-0117（直通）
- メール相談 kjsodan@city.hitachinaka.lg.jp
- 来所相談 来所前に必ずお電話ください

▼メール相談はこちら



受付日時

月～金（祝、年末年始を除く）午前9時～午後5時30分



ページID 1003491

マイナンバーカード（個人番号カード）を利用して、住民票の写しや印鑑登録証明書などの各種証明書を、コンビニエンスストア等で取得できます。

市役所が閉庁している早朝や夜間、土・日・祝日でも取得可能で、申請書を記入する必要がありません。ぜひご利用ください。

取得できる証明書	住民票の写し	市内に住居登録がある本人分・同一世帯員の分・同一世帯全員の記載されたもの（住民票コード番号やマイナンバーは記載不可）
	印鑑登録証明書	市内に住居登録があり、かつ印鑑登録をしている本人の分（コンビニ交付時に印鑑登録カードは不要）
	住民税課税証明書 所得額証明書	証明年度の1月1日時点かつ取得時点で市内に住居登録があり、所得情報のある本人の分 ※税証明書は現年度（税証明の年度切替は6月1日）のものに限る 【税証明に関するお知らせ】 令和4年3月16日④以降に確定申告書を提出した方で、税証明を取得する場合は、取得時期により申告内容が反映されていない場合があります。市民税課でご相談のうえ取得をお願いします。
利用できる時間	午前6時30分～午後11時 （システムメンテナンス日（不定期）は除く）	
手数料	一通 300円	
利用できる店舗	<ul style="list-style-type: none"> ●セブン-イレブン ●ローソン ●ファミリーマート ●セイコーマート ●ミニストップ ●カスミ ●その他一部のコンビニエンスストアやスーパー等 ※マルチコピー機（キオスク端末）設置店に限る。全国の対象コンビニ等で利用可。 	

コンビニ交付の利用方法

- 1 マルチコピー機の画面で「行政サービス」をタッチします。
- 2 マイナンバーカードをマルチコピー機にセットし、利用者証明用電子証明書の暗証番号(4桁)を入力します。
- 3 必要な証明書・部数などを選択し手数料を納付します。
- 4 証明書が発行されます(カードと証明書の取り忘れに注意)。

コンビニ交付の利用には マイナンバーカードが必要です



コンビニ等で証明書を取得するには、利用者証明用電子証明書（暗証番号4桁）を搭載した「マイナンバーカード」が必要です。お持ちでない方は、この機会に申請してみたいはいかがでしょうか？

申請についての問い合わせ

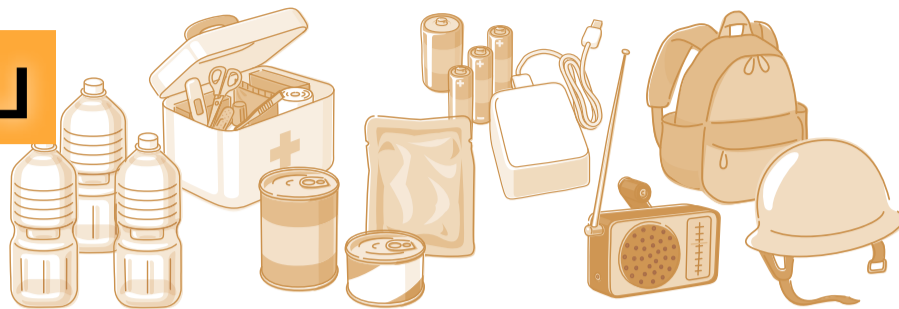
- 市民課 ☎内線 1176
- マイナンバー総合フリーダイヤル ☎ 0120-95-0178



※マイナンバーカードは身分証にもなる大切なカードです。ご自身で適切に管理してください。万が一カードを紛失したときは、マイナンバー総合フリーダイヤル（紛失は24時間対応）へご連絡ください。

【問合せ】市民課 ☎内線 1176

できていますか？ 災害への「備え」



【問合せ】生活安全課の内線 3211、8 (防災に関すること)
河川課の内線 6412、3 (洪水・内水・土砂災害に関すること)

1 防災情報を集める

ページID 1006911



市HPに避難所一覧などの情報を掲載しているほか、防災行政無線やひたちなか安全・安心メール、市公式LINE等で、被害状況や避難所情報などを発信しています。災害や緊急時に信頼性の高い情報を得るために、積極的な利用をお願いします。



▲ひたちなか安全・安心メール



▲LINE 友だち登録

3 避難時の心構え

- ① 緊急避難場所・避難所の確認
- ② 避難経路の確認
- ③ 避難するときは動きやすい服装
- ④ 持ち物は最小限に
- ⑤ 徒歩による避難
- ⑥ 声を掛け合って避難



4 避難情報を確認しておく

災害時に発令される避難情報を予め確認しておくことで、避難行動に備えることができます。避難指示が発令されたら、速やかに安全な場所に避難してください。

2 地域の災害リスクの再確認

6月は土砂災害防止月間

地震時や大雨時など危険を感じたときは、早めの避難が必要です。防災マップ、洪水ハザードマップ、内水ハザードマップ、土砂災害ハザードマップを活用して、自分自身の避難計画「マイ・タイムライン」をあらかじめ作成し、避難所の場所や経路、避難時の所持品などを家族で再確認しましょう。



▲各種ハザードマップ(市HP)



▲マイ・タイムライン(国土交通省HP)

■ハザードマップ配布場所

生活安全課(防災・洪水)、河川課(洪水・内水・土砂災害)

■避難所での感染症対応

避難所の十分な換気やスペースの確保、定期的な消毒作業など、感染症まん延防止対策の徹底に努めていますが、感染症が広まる3密状況を避けるためにも、自宅が安全な場合は自宅に留まることや、災害リスクがない場所の親戚・知人宅へ避難することも含め、避難所以外の避難方法も考えておきましょう。

警戒レベル	避難情報等
5 災害発生または切迫	緊急安全確保 命の危険が迫っているため直ちに身の安全を確保しましょう
警戒レベル4までに必ず避難！	
4 災害のおそれ高い	避難指示 危険な場所から全員避難しましょう
3 災害のおそれあり	高齢者等避難 高齢者等以外の方も、避難行動に時間がかかる時は、避難準備をし、危険を感じたら自主避難しましょう
2 気象状況悪化	大雨・洪水・高潮注意報(気象庁)
1 気象状況悪化の恐れ	早期注意情報(気象庁)



土のうステーションを設置しました

ページID 1009933

災害時には希望者へ土のう配布をしていますが、水害対策強化のため土のうステーションを設置しました。設置した土のうは、災害時に自由に使用できます。

身近な場所で土のうを受け取ることができるよう、今後もコミュニティセンターを中心に設置場所を広げていきます。

※土のうを使った際は、戻さずご自身で処分等をしてください。



設置場所

- 市毛コミセン
- 津田コミセン
- 前渡コミセン
- 佐野コミセン
- 田彦コミセン
- 那珂湊体育館



災害ボランティア 事前登録のご案内

市災害ボランティアセンターでは、万が一災害が発生した場合に迅速にボランティア活動を行えるよう、ボランティア事前登録を行っています。多くの皆様のご協力をお願いします。



- 対象** 市内および県内在住の18歳以上の方
- 活動内容** 被災した居宅の家財の片づけ、土砂出し、軽トラック等による家財の運び出し
- 登録方法** 二次元コードから申し込み

申込はこちら▶
(事前ボランティア受付フォーム)



【問合せ】市災害ボランティアセンター(社協内) ☎274-5135

県外在住の学生を応援

「ひたちなか学生エール便
～ネモフィラBOX～」先着800人
無料でお届け

ネモフィラの花言葉は
「どこでも成功」
県外で頑張っている皆さまを
応援しています！

大学等への進学により、県外で生活する学生を応援するとともに、ふるさとであるひたちなか市を思い出していただくため、今年度も本市の特産品等の詰め合わせ「ひたちなか学生エール便～ネモフィラBOX～」をお届けします。

ひたちなか市は遠方で頑張る学生の皆さまを応援しています。たくさんのご応募をお待ちしています。

対象者 実家が市内にあり、県外在住の大学生など
※本人からの申請のみ。昨年度申請した方も対象。

送付内容 米、干し芋、レトルトカレー、那珂湊焼きそば など
申請方法 ひたちなか市の公式LINE登録後、LINE内に設置してある申込フォームから申請

申請期間 6月25日(土)まで
発送時期 7月上旬頃

LINE友だち登録&申請はこちらから！▶



【問合せ】企画調整課☎内線 1313、4

Ring of the international exchange to begin in Hitachinaka city

ひたちなか市から始まる国際交流の輪 市国際交流協会を紹介します

ページID 1003659

● 国際交流イベント

多文化交流・国際理解の場を提供するため、交流会や講演会などのイベントを企画しています。(実施日不定期)

● 国際交流ひろば

■外国人相談窓口、協会事業の案内、茶道体験(毎月第4週のみ)

日時 毎週木曜日 午前10時30分～午後4時

■韓国語・中国語講座

日時 ▼韓国語 第1・3木曜日

▼中国語 第2金曜日、第4木曜日

★共通 **場所** 市民交流センターひたちなか・ま

● 日本語支援「にほんご教室ルンルン」

市内に暮らす外国人が日本語で困らないための支援活動や、お互いの文化を学びあう活動をしています。

日時/場所

○第1～4水曜日 午後6時30分～8時30分/ふあみりこらば

※第2・4水曜日は午前10時～正午も開催

○第1～4金曜日 午後9時～10時/オンライン

○第2・4日曜日 午後3時～5時/那珂湊コミュニティセンター

● 日本語入門講座

市内ロータリークラブ(那珂湊・勝田・ひたちなか)の支援により、日本語をゼロから勉強する方を対象とした日本語入門講座を開催しています。(実施日不定期)



イメージキャラクター
こくさいちゃん

一緒に活動しませんか？

国際交流協会員募集中

年会費	個人正会員	1,000円(学生500円)
	団体正会員	3,000円
	賛助会員	10,000円



協会HP

【問合せ】市国際交流協会事務局☎212-6855

自立・分散型エネルギー設備 導入促進補助金

ページID 1002647

市では、2050年までに市域からの温室効果ガスの排出実質ゼロを目指しています。この目標の実現のためには、市・市民・事業者が意識を共有し、ともに温室効果ガスの排出削減に取り組んでいくことが必要です。

蓄電システムと太陽光発電設備を令和4年4月1日～令和5年3月31日に新規で設置した方に、設備費等の一部を補助します。

補助額 5万円か対象経費のいずれか低い額

受付期間 令和5年3月31日まで

注記

- 蓄電システムの電力は自身の住居にて消費するなどの要件がありますので、事前にご相談ください。
- すでに太陽光発電設備を設置している住居に蓄電システムのみ設置する方、ほかの補助制度を使用して設置された方は補助対象外となります。
- 予算に達し次第受付を終了します。



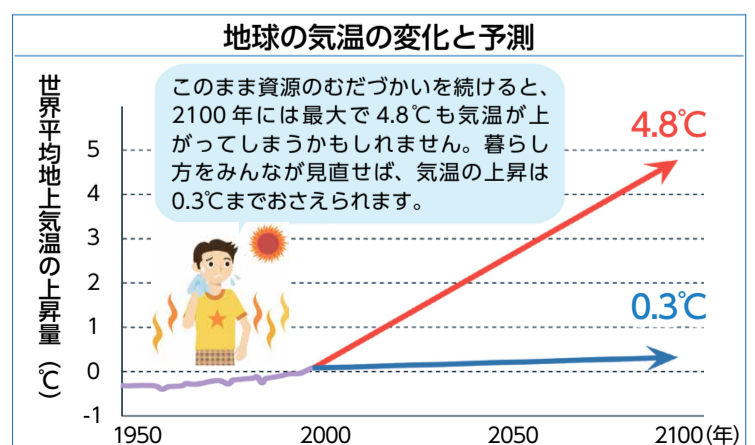
▲詳しくはこちら
(市HP)

【問合せ】環境政策課☎内線 3311

温室効果ガスについて 世界・日本の動き

世界では、1880～2012年の間に平均気温が約0.9℃上昇しています。主な要因は、人間活動により排出される温室効果ガスである可能性が極めて高いとされています。

また、現在と同じ量の温室効果ガスを排出し続けると、21世紀末に世界で平均気温が2.6℃～4.8℃上昇し、潜在的な最大漁獲量が20～25%減少する、沿岸湿地の20～90%が消失するなど予測され、気候変動がもたらすリスクが深刻化すると考えられます。気候変動は、国際社会全体で取り組まなければならない大きな課題です。



IPCC第5次評価報告書 第1作業部会報告書より作成 ※1986～2005年の平均値を0℃とする。

市政懇談会を開催します

協働による住みよい豊かなまちづくり、地域づくりを目指し、市長および市職員が地域の皆さまと市政全般について意見交換を行います。地域の皆さまが日頃から感じていることについて、忌憚のないご意見やご提案をお聞きかせください。

- 地域団体の参加者 各コミュニティ組織および自治会代表者
- 一般参加 事前申込制 各会場 10人程度
※申込多数の場合抽選
- 市の出席者 市長、副市長、教育長、水道事業管理者、各部長、消防長
- 内容 ①市長による令和4年度予算、主要施策説明(30分)
②懇談(60分)

開催日時・場所

月日	時間	地区名	開催場所
6月25日④	10:00～11:30	一中学区	1中地区コミセン
	13:00～14:30	二中学区	市毛コミセン
	15:30～17:00	三中学区	那珂湊コミセン
6月26日④	10:00～11:30	那珂湊中学区	那珂湊コミセン
	13:00～14:30	美乃浜学園学区	平磯コミセン
	15:30～17:00	美乃浜学園学区	阿字ヶ浦転作推進センター
7月2日④	10:00～11:30	大島中学区	大島コミセン
	13:00～14:30	田彦中学区	田彦コミセン
	15:30～17:00	佐野中学区	佐野コミセン

●申込 一般参加を希望する方は、二次元コードまたは電話で申し込みください。
申込はこちら▶

【申込・問合せ】広報広聴課内線 1153

教育

育は人づくり、人づくりはまちづくりと言われています。人づくりは世代を超え、循環しながら次の社会の形成に大きな影響を与えていきます。子供たちが、自らの可能性を最大限に発揮し、主体的に未来を切り開いていくために、夢・感動・笑顔がひらがる教育のまちひたちなかを目指して取り組んでまいります。



教育長 野沢 恵子 (64)

経歴 水戸教育事務所学校教育課長、東海中学校長を歴任し平成30年4月就任
趣味 旅行、音楽鑑賞 座右の銘 和顔愛語
ひたちなか市の好きなおとこ 公園が多い。身近に公園があり、友が集い子どもの声がする

ひ

たちなかが市が将来にわたって発展し続けていくために、今ある価値を守りながら、社会変化に対応して新たな価値を創っていくことが必要です。そして、多くの方から「選ばれるまち」となり、次の世代により良いかたちでつないでいけるよう、市民の皆さんと協力しながら、職員が一丸となって市政運営に取り組んでまいります。



市長 大谷 明 (49)

経歴 平成30年11月市長就任
趣味 音楽鑑賞、落語、読書、子どもたちと遊ぶこと、旅行、温泉めぐり、サックス演奏、書道、剣道二段
座右の銘 他を燃やさんとすれば自ら燃え、他を照らさんとすれば自ら光らなければならない
ひたちなか市の好きなおとこ 秋の黄金色に実った田んぼや、岩場から見る海など、幼少期から親しんできた変わらない風景

より身近な行政を目指して、まちづくりへの思いや、各部の主な仕事を紹介します。

ひたちなかのまちづくりを語る 令和4年度執行部紹介

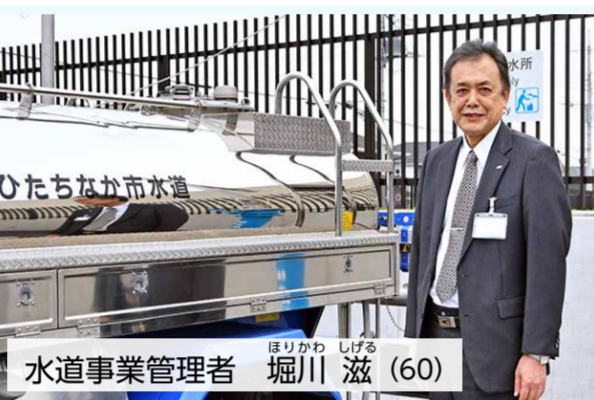


人口減少、高齢化、産業構造の変化など時代は大きな転換期を迎えています。こうした中、これまで本市で培われてきた海浜公園のネオフイラやコキア、産業集積、千し芋などは日本のみならず世界に誇れる資源に成長しており、時代のニーズを的確にとらえつつ、ひたちなか市の個性をさらに磨き伸ばしていくことが大切です。市民が誇りをもち将来にわたって輝き続けるひたちなか市を目指してまいります。



副市長 渡邊 政美 (65)

経歴 東海村副村長、県空港対策監、理事兼政策審議監、県観光産協をを経て令和2年4月就任
趣味 庭いじり、旅行、ゴルフ 座右の銘 背伸びをせず出し惜しみせず
ひたちなか市の好きなおとこ 職・住・遊・観・食のバランスが良いところ



水道事業管理者 堀川 滋 (60)

経歴 市都市整備部長を経て令和2年4月就任
趣味 寺社参拝、ウォーキング、読書 座右の銘 至誠奉行
ひたちなか市の好きなおとこ 太平洋を一望できる景勝地が数多く存在し、それに続く風光明媚な海岸

市

民にとって水道水は「あつだと思たり前」という認識だと思いきや、水道は市民生活、社会活動に必要不可欠なライフラインです。近年頻発する大地震に対応した管路の耐震化や風水害等でも起こり得る電力停止に対応したバックアップの確保、さらには水源である那珂川渇水時における水不足の回避など、想定される自然災害に備え、水の安定供給に使命感をもって取り組んでいます。

建設

設部では、地域に密着した事業を計画的に進めています。道路整備や、老朽化が進みつつある道路の補修・改修を行う道路事業等のため、快適な生活環境を確保するための下水道事業、集中豪雨等による浸水被害軽減に向け、雨水幹線の整備や河川改修する治水対策事業、住宅に因窮する所得の少ない世帯に、居住環境の向上などを目的とした、市営住宅事業があります。今後も、市民が安全・安心で快適に暮らせる街づくりを目指し、事業を進めてまいります。



建設部長 大和 敏幸 (58)

経歴 スポーツ振興課長、国体推進課長、税務事務所長兼収税課長を経て、令和4年4月から現職
趣味 筋力トレーニング 座右の銘 人事を尽くして天命を待つ
主な仕事 道路事業、下水道事業、治水対策事業、市営住宅事業など

住

み慣れたまちで安心して暮らしたい。そのために、人生100年時代を見据え、高齢者の健康増進を目的に、「保健事業と介護予防の一体的実施事業」を始めた。健康リスクの高い高齢者の個別支援や地域の体操教室などを実施し、きめ細やかな相談支援を行って健康寿命の延伸を図ります。また、子育て世代にも、将来にわたり住み続けたいと思っていただけ、一ひたちなかが親子でかんを存分に楽しめる情報をお届けします。市内どこでも、子どもたちやお年寄りの元気な声が聞こえるまちを目指してまいります。



福祉部長 鈴木 秀文 (55)

経歴 公園緑地課長、児童福祉課長、子ども政策課長、福祉部副部長を経て、令和4年4月から現職
趣味 読書、無心になれる庭の草取り、知らないまちの話を聞くことが何よりの楽しみ
主な仕事 保健衛生、地域福祉推進、介護予防、子育て支援に関すること

ひ

たちなかつていいとこだよね」住んでいる街をそう言ってもらえると嬉しくなりませんか? 「住み続けよう」、「住んでみたい」と思ってもらえる人が増えるよう、街に対する誇りや愛着を意味する「シビックプライド」が高まる事業に取り組んでいます。まちの魅力のポイントを、出身地や世代によってもさまざまです。このため、市民目線でまちの魅力を発信する「いいとこ発信隊」、市内に向けた「シティブロモローション事業」、県外在住の学生と「絆構築事業」など対象者を絞り込んだ事業を打ち出しています。



企画部長 森山 雄彦 (56)

経歴 商工振興課長、総務課長、市民生活部副部長、経済環境部副部長、福祉部長を経て令和4年4月から現職
趣味 スポーツ観戦、ひとりカラオケ(脳前・経験ともに初心者)
主な仕事 マーケティング推進事業(移住・定住促進)、公共交通、ひたちなか地区開発、自治体のデジタル化、市報発行、秘書業務 など

市民の皆さまから信頼される行政のために

会計管理者 秋元 正彦 (59)

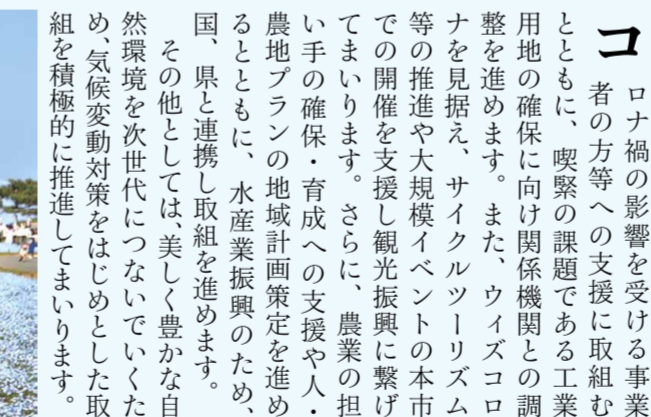
会

計管理者は、市の会計事務を担当しています。公平・公正な事務の執行のため、市長部局から独立した機関となっております。公金の管理のほか、支払いの際に伝票や関係書類を審査し、契約や支出が適正であることを、債権が確定していることをチェックしています。会計事務は、内部の仕事ですが市役所のライフラインとも言える責任の重い業務だと感じています。市民の皆さまと直接お話しする機会が少ないかもしれませんが、信頼される行政が継続できるようにしっかりと取り組んでまいります。

経歴 議事事務局次長、社会福祉課長、税務事務所長兼資産課長、福祉部副部長兼福祉事務所長を経て、令和3年4月から現職
趣味 読書 座右の銘 千里の道も一歩から
主な仕事 公金の管理、基金の運用、決算に関することなど

コ

ロナ禍の影響を受ける事業とともに、喫緊の課題である工業用地の確保に向け関係機関との調整を進めます。また、ウイズコロナを見据え、サイクルトリズム等の推進や大規模イベントの本市での開催を支援し観光振興に繋げてまいります。さらに、農業の担い手の確保・育成への支援や、農地プランの地域計画策定を進めるとともに、水産業振興のため、国、県と連携し取組を進めます。その他としては、美しく豊かな自然環境を次世代につないでいくため、気候変動対策をはじめとした取組を積極的に推進してまいります。



経済環境部長 齋藤 茂夫 (58)

経歴 市民税課長、廃棄物対策課長、農業委員会事務局次長、水道事業所長を経て令和4年4月から現職
趣味 読書、家庭菜園 座右の銘 継続は力なり
主な仕事 農水産業の振興、商工・観光の振興、環境と廃棄物に関すること

資産経営課を新設

総務部長 小倉 健夫 (58)

令

和4年4月の組織改編で総務部内に「資産経営課」を新設しました。これまで部局それぞれに担当していた公共施設の改修工事といった管轄業務を一元化し、専門技術職など人的資源を集約することで効率化を図ります。老朽化した公共施設の建替えや長寿命化対策、人口減少時代に対応した施設保有量の適正化など、公共施設マネジメントの強化は本市にとっても大きな課題です。住んでみたいまち、住み続けたいまちの実現のために、本市ならではの魅力を備えた各種公共施設を持続可能な形で維持できるように取り組んでまいります。

経歴 財政課長、市民生活部副部長、企画部長、都市整備部長を経て令和4年4月から現職
趣味 スポーツ観戦、猫3匹のお世話、ドローン操縦士として市内公共施設の空撮も行う
主な仕事 予算の編成、税、市有財産、人事に関することなど

子

どもたちをはじめとする多くの市民が、本市の文化に興味・関心を持ち、郷土愛が醸成されるような文化活動の充実に取り組んでいます。文化施設である図書館についても、老朽化している施設を更新するだけでなく、多くの市民が居心地よく利用していただける魅力的な図書館となるよう検討を進めています。子どもたちがのびのびと成長し、豊かな人間性が育まれるまちづくりを目指し、公立学童クラブの更なる充実が努めるとともに、学校給食における会計導入を目指し準備を進めてまいります。



教育部長 湯浅 博人 (60)

経歴 教育委員会事務局総務課長、福祉部福祉事務所長、福祉部長を経て令和3年4月から現職
趣味 旅行 映画鑑賞 座右の銘 一期一会
主な仕事 小・中義務教育学校・公立幼稚園の維持管理、青少年の健全育成、図書館運営、文化財に関することなど

現

在、佐和駅東西自由通路が進みます。夏から始まる鉄骨工事が進んでまいります。地元の方々が見えてまいります。地元の方々定望の供用開始は令和5年度を予定しております。また、佐和駅東西の駅前広場整備の準備も進んでいるところです。その他、高場陸橋の4車線化事業、市内7地区の土地区画整理事業、公園の耐震化や危険ブロック塀撤去補助事業など、良好な市街地形成を目指し、都市基盤の整備に取り組んでまいります。



都市整備部長 林 尚司 (59)

経歴 住宅課長、建築指導課長、都市整備部技正を経て令和4年4月から現職
趣味 ツーリング、映画鑑賞 座右の銘 人を以て鑑とす
主な仕事 都市計画事業、都市公園、開発・建築許可、土地区画整理事業等に関すること

有

事の際をはじめ、市民の皆さまへの情報伝達は重要で、防災行政無線の放送内容等の情報を安全・安心メール・ツイッタールラインのさまざまなツールで確認できるよう多重化を図りました。今後は、防災行政無線のデジタル化を進めてまいります。いつ起こるか分からない自然災害への備えや災害対応に、職員一丸となってあたつてまいります。また、来年1月の勝田全国マラソンは第70回記念大会として開催します。3年ぶりの開催となる歴史あるマラソン大会を、皆さんとともに盛り上げていきたいと思っております。ご協力をお願いいたします。



まちづくりは、人と人とのつながり 市民生活部長 白土 光伸 (56)

経歴 生活安全課長、都市計画課長、都市整備部参事兼都市計画課長、市民生活部副部長を経て、令和4年4月から現職
趣味 スポーツ観戦、ドライブ
主な仕事 自治会・コミュニティの活動支援、防災、交通安全、芸術文化・スポーツの振興に関することなど

6月は食育月間

すべての市民が「生涯にわたって健やかに心豊かに暮らせる元気なまち」を目指して

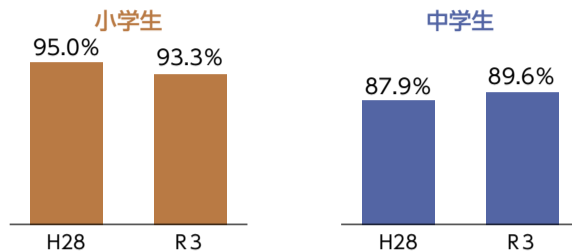
市は「ひたちなか健康応援プラン(令和4年4月改定)」を策定し、市民の健康づくりを進めています。「第5章 食育推進計画」では、乳幼児から高齢者まで、それぞれのライフステージにおいて切れ目のない食育を推進するため、栄養バランスをはじめ、食を取り巻く環境の改善に重点的に取り組むこととしました。

「ひたちなか健康応援プラン」について詳しくは、市HPをご覧ください。



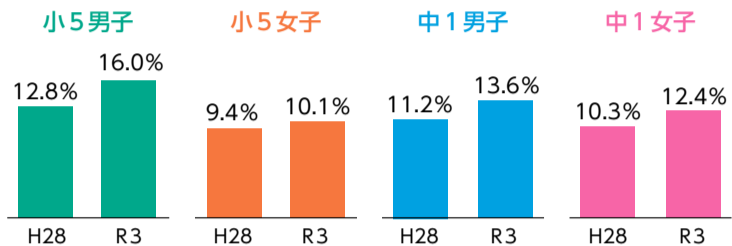
ページID 1005641

朝食を毎日食べる
子どもの割合



R8目標
100%に
近づける

肥満の子どもの割合



R8目標
現状値
以下

みんなで“食育”チェックリスト

1. 食育を通じた健康づくり

- 朝食、昼食、夕食をとりましょう
- 主食、主菜、副菜をそろえた食事をとりましょう
- 砂糖の多い食事を控えましょう
- 飽和脂肪酸の多い食事を控えましょう
- 幼少期から減塩に取り組みましょう
- 毎日体重を測定し、適切体重を維持しましょう



健康推進課
藤井里美
管理栄養士

2. 食育の普及・啓発

- 子どもの頃からさまざまな行事を通じて、食文化に触れる機会を増やしましょう
- 減塩の商品を選びましょう

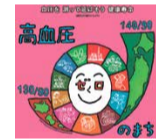
3. 地域活動における食育の推進

- 市や地域で実施する食育活動に参加しましょう

目指せ！高血圧ゼロのまち

高血圧は脳心血管病の最大の危険因子

健康寿命延伸のためには、高血圧の予防と血圧の適切な管理がとて重要で、4300万人と推定される国内の高血圧者のうち、1400万人は自覚しておらず、450万人は高血圧と認識しながらも治療を受けていないのが実情です。日本高血圧学会のすすめる「高血圧ゼロのまち」に、令和2年度から本市も応募し取り組んでいます。



減塩教室にご参加ください

この取り組みの一環として、市では「うれ塩カフェ+」を開催しています(市報5月10日号に掲載)。尿検査をして摂取している食塩の量を測ったり、BDHQ(簡易型自記式食事歴法質問票)により食習慣を可視化したりできる減塩教室です。まずは自分の食べ方をみつめてみましょう。



健康推進課
中崎陽子
管理栄養士



骨髄ドナー登録にご協力ください

白血病等で骨髄等の移植を必要とする患者さんを救うには、1人でも多くのドナー登録が不可欠です。適合するドナーの方を待つ患者さんにとって、あなたの登録が「いのち」をつなぐチャンスになるかもしれません。

♥ ドナー登録について

登録は最寄りの献血ルーム(献血ルーム MEET: 水戸市宮町1-7-31)で行っています。詳しくは献血ルーム ☎ 0120-310-399 または ☎ 029-224-9226 に問い合わせください。

♥ 骨髄移植ドナー助成事業

市では、(公財)日本骨髄バンクが実施している骨髄バンク事業において、骨髄等の提供を行った方に助成金を交付します。

対象 ○骨髄等を提供した日において、市内に住所を有する方
○骨髄等の提供を完了し、日本骨髄バンクが発行する証明書の交付を受けた方

助成内容 基本額: 2万円(提供したすべての方に助成)
加算額: 企業または団体等のドナー休暇制度等の適用を受けない方に対し、通院入院した日数に応じて1日2万円を助成(7日を限度)

申請方法 骨髄等の提供が完了してから90日以内に、ヘルス・ケア・センターへ申請。申請書は市HPからダウンロード可。

【問合せ】 健康推進課(ヘルス・ケア・センター) ☎ 276-5222
日本骨髄バンク ☎ 03-5280-1789(骨髄バンクについて)

茨城県 親子・8020高齢者 よい歯のコンクール募集

	親子	8020高齢者
対象	平成28年4月2日～平成31年4月1日生まれの子とその親 ※「脱たばこ宣言」を行い、たばこ対策を積極的に推進しているため喫煙習慣のある親は対象外	昭和17年3月31日以前の生まれ(80歳以上)で、自分の歯を20本以上保っている方 ※治療していても可
応募方法	はがきまたはFAX	
記載内容	○親子の氏名(ふりがな) ○生年月日 ○郵便番号・住所 ○電話番号 ○かかりつけ等の歯科医院名および電話番号	○氏名(ふりがな) ○性別 ○生年月日 ○郵便番号・住所 ○電話番号 ○かかりつけ等の歯科医院名および電話番号
応募先	茨城県歯科医師会 8020事業係 ☎ 029-252-2561 〒310-0911 水戸市見和2丁目292-1 FAX: 029-253-1075	
応募期限	7月22日(金) (必着)	
その他	応募者に口腔診査票を送付します。県歯科医師会会員の歯科医院で無料検診を受けてください。	
歯科医院検診時	親子の前歯が見えている 笑顔の写真を持参ください。	日常の笑顔などの写真を 持参ください。

【問合せ】 健康推進課(ヘルス・ケア・センター) ☎ 276-5222

案内

●児童手当現況届・支給日の案内

ページID 1005284

児童手当制度の一部改正に伴い、令和4年度から一部の方を除き現況届の提出が不要となります。制度改正のお知らせや、引き続き現況届の提出が必要な方へのご案内を6月10日(金)に送付します。詳しくは市HPをご確認ください。

■児童手当6月期の支給日は6月10日

通知の送付はありませんので、登録された口座をご確認ください。
問合せ 子ども政策課☎内線 7223

●民間賃貸住宅の家賃補助

ページID 1003169

対象 市営住宅の入居基準を満たし市税の滞納がない方 ※賃貸借契約前に市の審査を受ける必要があります。詳しくは問い合わせください。
補助金額 月額最高2万円 申込・問合せ 先着順で5月25日(金)～住宅課☎内線 6212、3

●生垣設置費の助成

ページID 1004822

個人の住宅に「生垣」を設置する市民の方に、助成金を交付します。
設置基準 ○公衆用道路に延長5m以上接した新設の生垣 ○生垣を構成する土台の高さは1m以下 ○樹

木は、接している道路から見える部分が90cm以上の高さを確保 ○樹木は50cm間隔以内で植栽 助成額 工事費等の2分の1以内(上限5万円) ※着工前に要申請 問合せ 公園緑地課☎内線 1383、4

●6月1～7日は県央地域ノーマイカーウィーク

ページID 1009852

環境問題への意識を高めるとともに、公共交通の重要性を再確認する機会として「ノーマイカーウィーク」を実施します。期間中は公共交通を利用するほか、マイカーを利用する場合にも、エコドライブ、相乗りなどにご協力ください。

問合せ 企画調整課☎内線 1312

●6月は環境月間 6月5日は環境の日

環境保全について理解や関心を深めてもらうために、国などでさまざまな行事が行われます。

市では、2050年カーボンニュートラルを目指し、気候変動対策に取り組んでいます。皆さまも日々の生活の中で省エネなどの環境に配慮した行動を取り入れてみましょう。

問合せ 環境政策課☎内線 3312



●6月は暴走族追放強調運動 「暴走をしないさせない見に行かない」

■暴走族相談電話フリーダイヤル ☎0120-375-214(24時間受付)

相談内容 ○暴走族への加入防止 ○暴走族からの離脱 ○暴走族等による暴走行為の防止など 問合せ 県生活文化課☎ 301-2842、市生活安全課☎内線 3212

●6月5～11日は危険物安全週間 「一連の 確かな所作で 無災害」

ガソリン・灯油・軽油をはじめとする燃料や塗料など、消防法で定められた「危険物」には、火災発生・拡大の危険性が高い、消火が困難であるなど危険性があります。

危険物に対する意識を再認識し、危険物を取り扱う事業所では自主保安体制を確立するとともに、一般家庭でも危険物を使用する際は、取り扱いに十分注意しましょう。

問合せ 消防本部予防課☎ 271-0735

●市営墓地の適正管理を

使用許可を受けた区画は、使用者が管理することになっています。雑草等の繁茂により、周囲の区画に影響を与えることがありますので、定期的に除草などを行い、適正管理に努めましょう。ご自身での管理が難しい方は、シルバー人材センター☎ 273-4727 で墓地内の清掃・除草業

務委託(有料)を請負っていますので必要に応じてご検討ください。

問合せ 環境政策課☎内線 3312、3

●あなたも里親になりませんか

さまざまな事情によって家庭で生活することができない子どもたちを家族の一員として迎え入れ、温かい愛情と家庭的な雰囲気の中で育てていく「里親制度」。

茨城県では、里親になってくださる方を広く募集しています。詳しくは、県青少年課HPをご覧ください。

問合せ 県中央児童相談所☎ 221-4150、児童養護施設内原和敬寮☎ 291-3770、児童養護施設チルドレンズ・ホーム☎ 298-0661

●家庭水道管の適正管理を

漏水の早期発見のために、家庭に設置してある水道メータの定期的な確認をお願いします。

家庭内の水道を使用していない状態で、パイロット(コマ)が動いている場合は、漏水の可能性があるので、市指定給水装置工事業者に連絡し、早急に修理してください。また、不定期で水を使用する管理物件などは、漏水予防のため、使用時以外は量水器ボックス内の補助バルブを閉めてください。

問合せ 水道事業所業務課☎内線 21、24

国民健康保険に加入している
40・50・60・70歳の方へ
歯周病検診(無料)を
実施します

市国民健康保険では、加入者の方の歯と健康を守るため、令和4年度から新たに40・50・60・70歳の国保加入者を対象に無料の歯周病検診を実施します。10年に一度のチャンスですので、この機会にぜひ受診してください。

対象者 40歳・50歳・60歳・70歳の国保加入者(年齢は令和5年3月31日現在)

受診場所 市内の検診実施歯科医院
受診方法 6月上旬に対象者全員に郵送する、歯周病検診の案内をご確認ください

受診費用 無料(4,400円相当の検診内容)

なぜ歯周病検診を受ける必要があるの？

①歯周病は歯を失う原因の第1位

歯周病が進行すると、歯を支える骨が溶け、歯が抜け落ちます。進行性の歯周病にかかっている人は、40歳代で4割を超え、60歳代では6割近くになります。自分の歯でしっかりと噛むことは、食べ物を美味しく食べるだけでなく、噛む刺激により脳や体を活性化させ、健康の維持につながります。80歳になっても自分の歯を20本以上保つことが、健康長寿の目標とされています。

②歯周病は細菌感染症！歯周病菌や毒素が全身に広がり、さまざまな病気を引き起こします

- 脳梗塞・狭心症・心筋梗塞 ⇒ 歯周病菌が動脈硬化を進行させます
- 糖尿病 ⇒ 歯周病菌の毒素によりインスリンの働きが低下し、糖尿病を悪化させます
- 誤嚥性肺炎 ⇒ 歯周病菌が混じった唾液等が誤って気管から肺に入り、肺炎を引き起こします
- アルツハイマー型認知症 ⇒ 歯周病菌の毒素が認知症を進行させます
- 関節リウマチ ⇒ 歯周病菌が関節の炎症を引き起こすリスクを高めます
- 早産・低体重児出産 ⇒ 歯周病菌の毒素が子宮を収縮させ、早産などのリスクが高まります

③歯周病は自覚症状のないまま進行します

歯ぐきから血が出る、歯が長くなったように見える、歯が浮く感じがする、このような症状を感じる時は、既に歯周病が進行している危険性があります。自覚症状のない初期の段階で歯周病検診を受診し、歯周病を早期発見・治療することが大切です。

【問合せ】国保年金課☎内線 1187

- 相談先
- ひたちなか警察署 ☎272-0110
- 警察安全相談総合ダイヤル #9110
- 市消費生活センター ☎内線 3233
- 個人情報(資産状況・家族構成・暗証番号など)は絶対話さない。
- キャッシングカードはほかの人に絶対渡さない。
- 電話で「キャッシングカード」「ATM」のワードが出たり、「今すぐ」と急かすようなことを言われたりしたら怪しいと思い、自分で決めるに家族や警察、市役所に相談する。
- 自宅の電話は常に留守電に設定するか、自動通話録音装置などを設置して会話が録音できる状態にする。
- 電話で「キャッシングカード」「ATM」のワードが出たり、「今すぐ」と急かすようなことを言われたりしたら怪しいと思い、自分で決めるに家族や警察、市役所に相談する。

- 防犯対策
- 市役所職員を名乗る者から「医療費の還付があるから今すぐキャッシングカードが必要だ。これから伺いたい」と電話があった。電話後すぐに若い男が来訪し、キャッシングカードを確認してきた。男は封筒に入れ返却したが、封筒の中身が別のカードにすり替えられ、口座のお金を引き出されてしまった。
- 発生した事例
- 市役所職員を名乗る者から「介護保険料の還付の期限が今日までとなっている。新型コロナのため市役所で手続きできないから、今すぐATMに行くように」と言われ、近くの銀行のATMに行くと、銀行員からそれは詐欺と言われた。
- 市役所職員を名乗る者から「医療費の還付があるから今すぐキャッシングカードが必要だ。これから伺いたい」と電話があった。電話後すぐに若い男が来訪し、キャッシングカードを確認してきた。男は封筒に入れ返却したが、封筒の中身が別のカードにすり替えられ、口座のお金を引き出されてしまった。

市役所職員を装った
不審電話が発生
還付金詐欺にご注意！

ページID 1003775

募集

●地域密着型サービス事業者募集

ページID 1009858

「ひたちなか しあわせプラン21(第8期)」に基づき整備する地域密着型サービスの事業者(介護保険事業者)を募集します。詳しくは、市HPをご確認ください。

■募集する地域密着型サービス

①(介護予防)小規模多機能型居宅介護(看護小規模多機能型居宅介護を含む) ②定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ③(介護予防)認知症対応型通所介護

申込・問合せ 6月1日(水)～7月29日(金)に介護保険課☎内線7241

●くらしの講座

■人生100年 年金と終活そして相続

日時 6月16日(水) 午後1時30分～3時 場所 ふあみりこらば 講師 金融広報アドバイザー 山口京子氏 対象 市内に居住・通勤・通学する方 定員 先着20人 費用 無料 申込 6月1日(水)～電話で消費生活センター☎内線3232

●仕事と子育ての両立を目指す 就職応援セミナー(オンライン開催)

日時 7月7日(水) 午前10時～11時30分 内容 就職活動の準備や方法 定員 30人 費用 無料 申込 6月23日(水)までに、電話または直接ハローワーク水戸マザーズコーナー☎231-6221

●はり・灸・マッサージ奉仕会

日時 6月19日(日) 午前9時～午後2時 ※予約なし当日受付 場所 老人福祉センター大島荘 費用 はり・灸・マッサージのうち ▼1術 2,000円 ▼2術 2,500円 ▼3術 3,000円 問合せ 社会福祉協議会☎274-3241

●市高齢者大学受講生募集

開催期間 7月8日(金)～12月(年5回) 場所 ワークプラザ勝田、しあわせプラザ 対象 市内居住の60歳以上の方。前年度受講者も申込可。高齢者クラブ会員は別途募集。定員 先着20人 ※カリキュラムは市社会福祉協議会HPに掲載 申込・問合せ 6月1日(水)～15日(水)に市社会福祉協議会☎274-5135

●傾聴ボランティア養成講座

日時 7月8日(金) 午後1時30分～4時 場所 総合福祉センター 講師 アクティヴリッスン代表 澤村直樹氏 定員 10人 費用 無料 申込 6月24日(金)までに社協窓口または電話・FAX・メールで社会福祉協議会☎274-5135、FAX:275-0606 メール:hnsha-o2@chic.ocn.ne.jp

●チャレンジいばらき就職面接会

日時 6月20日(月)、8月8日(月) 午前10時20分～午後0時20分、午後2時～4時 場所 ホテルレイクビュー水戸 対象 大学院・大学・短大・専修学校等(高校除く)を令和5年3月に卒業予定、または既卒未就職の方(卒業後おおむね3年以内) 費用 無料 持ち物 履歴書複数枚



申込はこちら(県労働政策課HP)

●甲種防火管理再講習会

日時 8月6日(土) 受付:午後1時 場所 ワークプラザ勝田 対象 収容人数300人以上の特定用途防火対象物の防火管理者 定員 50人 費用 7,000円 申込 WEBまたはFAX用申請書を日本防火・協会HPからダウンロード ▼1次募集 6月23日(水)～30日(水) ▼2次募集 7月18日(月)、19日(火)(1次で満席

の場合実施なし) 問合せ (一財)日本防火・防災協会☎03-6263-9903、FAX:03-6274-6977

●県立水戸産業技術専門学院 在職者訓練講座

■Auto_CAD講習(基礎) 日時 7月23日(土)、30日(土)、8月6日(土) 午前9時～午後4時 内容 基本操作、作図 対象 Windowsの基本操作ができる方 定員 10人

■基本情報技術者試験対策A

日時 7月25日～8月5日の(月)～(水) 午後6時～9時 定員 15人

★共通 場所 水戸産業技術専門学院 費用 3,040円(テキスト代込) 申込 6月6日(日)～19日(日)に同専門学院HPから、または申請書を郵送(〒311-1131水戸市下大野町6342) 問合せ 同専門学院☎269-2160

文化・教養

●コミュニティギャラリー展示

Table with 2 columns: 期間, 展示名. Rows include exhibitions from 6/1 to 6/29.

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

■金魚のモバイル教室 日時 6月11日(土)、25日(土)、7月9日(土) 午前10時30分～午後0時30分 費用 1,500円(全3回分) 定員 15人 持ち物 持ち帰り用袋 ■シルバーリハビリ体操体験教室

日時 6月13日(日) 午前10時15分～11時30分 費用 無料 定員 20人

★共通 場所・申込 市民交流センターひたちなか・ま☎276-0101

●中島美嘉コンサート

日時 8月5日(金) 午後6時30分～ 場所 文化会館 費用 8,800円 ※全席指定、3歳以上有料、3歳未満のお子様は保護者1人につき1人まで膝上鑑賞可 申込・問合せ 文化会館☎275-1122

スポーツ

●陸上競技場ナイトランニング～ナイトRUN～

日時 毎週(水)～(金) 午後6時～8時 ※冬期(11～3月)は時間変更あり 場所 市総合運動公園 陸上競技場 対象 小学生以上(中学生以下は保護者同伴) 定員 50人 費用 200円(税込、ナイター料含む) 申込 市総合運動公園HP専用予約サイトから。利用日の2週間前から予約可。 問合せ 総合体育館☎273-9370 ▲申込はこちら



●湊線沿線3回シリーズ ウォーク

Table with 3 columns: 日程, 集合時間・場所, 歩行区間. Rows for dates 6/18, 10/29, 12/11.

費用 1回300円 ※小中学生無料、当日参加可。3回完歩すると素敵な完歩賞がもらえます 問合せ 事務局・菅原☎274-7016 (FAX同)

こらぼDEまなぼ～学びのとびら～ 食品ロスを減らそう-私たちにできること-

ページID 1009517

日時 7月20日(水) 午前10時～11時30分 場所 ふあみりこらば 内容 NPO法人フードバンク茨城から、余剰食品等の寄付と食糧支援について学ぶ 定員 15人 ※応募多数の場合抽選(市内在住優先)。結果は7月8日(水)までに返信はがきまたはメールで通知。 費用 無料 申込 6月20日(日)(消印有効)までに、往復はがき(1人1枚)または電子申請 ▲申込はこちら



Application form for food waste event with fields for name, address, phone, and course selection.

【問合せ】生涯学習課☎272-6301

第2期 はじめてのスマートフォン講座

ページID 1008270

Table with 4 columns: コース, 日程, 時間, 内容. Rows A, B, C, D.

場所 ワークプラザ勝田 対象 市内に在住・勤務・通学している満18歳以上の方で、同講座を未受講の方 定員 各コース10人 ※応募多数の場合抽選。3人未満の場合は開講中止。 費用 無料 使用環境 Android(端末は持参不要) 申込 6月30日(水)(必着)までに、往復はがきで申し込み ※1人1コースのみ。「複数コース希望」や「記載内容不備」の場合は無効。

Application form for smartphone course with fields for name, address, phone, and course selection.

【問合せ】情報政策課☎内線2211～4

保 健
健康推進課
(ヘルス・ケア・センター)
☎ 276-5222

●5月31日は世界禁煙デー
～6月6日は禁煙週間

今年の世界禁煙デーのテーマは、「たばこ：環境への脅威」。たばこから排出されるCO₂について考える機会となっています。

■たばこの煙は3種類

- 主流煙…喫煙者が吸い込む煙
- 副流煙…火のついたタバコから出ている煙
- 呼出煙(こしゅつえん)…喫煙者が喫煙後に吐き出した煙

■聞きなれない「呼出煙」

喫煙後20～30分は、たばこの成分が喫煙者の呼気から出続けると言われています。一般的には副流煙は気にしますが、人と接するときには呼出煙も気にしたいものです。

■禁煙に関する医療費の一部を助成

市では、禁煙外来に通院し禁煙に成功した方の医療費の一部を助成しています。挑戦したけれど禁煙できなかった方、一人で禁煙は難しい方など、医療機関に相談してみたいかがでしょうか。詳しくは、健康推進課に問い合わせください。

●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、年に1回は検診を受けましょう。

配布日時 6月15日(金)～令和5年1月20日(金) 午前8時30分～午後5時30分(土・日・祝、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 ひたちなか市健康応援ブック(受診券)または無料クーポン券(6月下旬に発送予定、対象者は市HPを

ご覧ください) 注記 受診券の登録をしていない方は、ハガキ・FAX・電子申請で申し込みください。受診券登録はこちら▶



●リウマチ医療講演会(要予約)

日時 6月26日(日) 午後1時～3時30分 場所 みらい平市民センター(つくばみらい市) 定員 50人 ※Zoom参加も可(I D: 82392613168 パスコード: 433597) 申込 久保田 ☎ 090-3231-6526 問合せ 曾澤 ☎ 090-4383-9238

相 談

●6月の弁護士相談(無料)

日時 6月7日(火)、14日(火)、21日(火)、28日(火) 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 同一案件の再相談はできません。あらかじめ要点をまとめ、必要な資料をご用意ください。 申込 広報広聴課 ☎ 内線1154

●困りごと相談(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)

場所・日程 ▼市民ホール(市役所1階・国保年金課前) 6月2日(日)、16日(火)、30日(火) ▼那珂湊支所(2階・会議室3) 6月9日(日)、23日(日)

時間 午後1時～4時 ※申込不要 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

●産業カウンセラーによる茨城無料カウンセリング

日時 6月12日(日) 午前10時～午後5時(1人30～50分) ※毎月1回日曜日に実施。7月以降は問い合わせください。 場所 ひたちなか商工会議所会館 対象 県内に在住・在勤・通学する方 費用 無料 申込 日本産業カウンセラー協会 ☎ 271-9287(平日午前10時～午後5時)

図 書 館

●図書館情報システム更新・蔵書点検に伴う休館のお知らせ

休館期間 6月23日(土)～7月11日(日) 休館前の貸出期間と点数

種類	貸出日	貸出期間	貸出点数
図書・雑誌	6/9(土)～22(火)	約4週間	1人20冊まで
紙芝居			1人10点まで
視聴覚資料(CD・DVD等)	6/16(土)～22(火)	約3週間	1人10点まで(DVDは4点まで)

※ブックポストへの返却は、期間中いつでも利用できます(CD・DVD等の視聴覚資料・相互貸借資料は除く)。 停止する業務 各館の窓口による貸出・返却・予約、各館の視聴覚室、閲覧室、学習スペース等の利用 図書館HPの停止 6月22日(土)午後7時～7月12日(日)午前9時 ※期間中は資料の検索、予約、延長等ができません。詳しくは、図書館HPをご覧ください。

●3館共通

■家族について考える映画(要予約)

内容 映画「そして父になる」(2013年/日本作品/121分) 定員 各回先着15人 場所 各館視聴覚室

場所	日時	申込
中央	6/5(日)	5/25(火) 9:00～各館に直接または電話
佐野	6/12(日)	6/2(火)
那珂湊	6/19(日)	6/10(金)

●中央図書館 ☎ 273-2247

■第一回読書会

「今、触れたい詩」(要予約)

日時 6月12日(日) 午前10時30分～正午 場所 2階集会室1 語り合う作品 茨木のり子詩集「自分の感受性くらい」 定員 先着6人 申込 5月27日(金)午前9時～一般室へ直接または電話

●那珂湊図書館 ☎ 263-5499

■だっこでおはなし会(要予約)


日時 6月18日(土) 午後2時～2時30分 場所 おはなしのへや 内容 絵本・紙芝居などの読み聞かせ 対象 0～2歳の親子 定員 先着3組 申込 5月25日(火)午前9時～直接または電話

●佐野図書館 ☎ 270-3811

■おひざで大きくおはなしかい(要予約)

日時 6月14日(日) 午前11時～ 場所 視聴覚室 内容 あかちゃん向けのおはなしかい 対象 0～2歳児の親子 定員 先着10組 申込 6月7日(日) 午前9時～直接または電話





「脳卒中」のはなし

脳神経外科ブレインピアひたちなか
日野 健

「脳卒中」とは、突然(卒)に脳の病気にあたる(中)という意味で、急性に発症する脳の血管の病気のことを指します。また、地方によっては「中風(ちゅうふう、ちゅうぶ)」や「よいよい」、「当たった」と表現するところがあるようです。

「脳卒中」と「脳血管障害」は、厳密には同じではありませんが、ほぼ同義語として使われることがあります。ちなみに「脳血管障害」は脳の血管の病気の総称です。

「脳血管障害」は、要介護の原因の第2位を占めます。ちなみに、令和2年の茨城県の脳血管障害死亡率は、全国ワースト17位で、決して良いとは言えません(令和2年人口動態統計月報年計)。

「脳卒中」は早期発見、早期治療が大切です。顔(Face)の歪み、手(Arm)の脱力、会話(Speech)ができなくなった、呂律が回らないなどの症状があったら、時間(Time)を確認して、できるだけ早く救急車を要請してください。顔(Face)、手(Arm)、会話(Speech)、時間(Time)の頭文字をとって、FAST(ファスト)と覚えてください。

「脳卒中」にならないためには、塩分・脂肪・糖分控えめの食事を心がけましょう。茨城県の食塩摂取量は、全国平均を上回っています。まずは、ご家庭で、食塩の量から見直しませんか。

●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
6	11(土)	全日本都道府県対抗少年剣道優勝大会県予選	総 総合体育館
	11(土)	関東大学サッカーリーグ1部	総 陸上競技場
	11(土)・12(日)	全国高等学校総合体育大会サッカー競技県大会	総 スポーツ広場
	12(日)	県道場対抗剣道大会兼全国大会予選	総 総合体育館
	12(日)・19(日)	全国社会人サッカー選手権関東予選	総 陸上競技場
	15(火)	全国高等学校総合体育大会サッカー競技県大会	総 陸上競技場
	17(金)・18(土)	全国高等学校総合体育大会バスケットボール競技県予選	総 総合体育館
	19(日)	皇后杯全日本女子サッカー県予選	総 スポーツ広場
	25(土)・26(日)	国民体育大会バドミントン競技県予選	総 総合体育館
	7	2(日)	関東女子サッカーリーグ2部
3(日)		皇后杯全日本女子サッカー県予選	総 陸上競技場
6(火)・7(水)		交通安全子供自転車県大会	総 総合体育館
8(金)～10(日)		関東信越地区高等専門学校体育大会バドミントン競技	総 総合体育館
8(金)～22(金)	全国高校野球選手権茨城大会	総 市民球場	

【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
6	10(金)	10:00	琴伝流大正琴第28回茨城県大会
	12(日)	9:45	東関東バンドセッション2022 第23回東関東選抜吹奏楽大会
	26(日)	18:30	劇団四季ミュージカル「ロボット・イン・ザ・ガーデン」
7	3(日)	14:00	茨城パルナツソウインドオーケストラ 第12回定期演奏会

【問合せ】文化会館 ☎ 275-1122

新型コロナワクチンの 3回目接種について

3回目集団接種・小児集団接種は7月で終了します

市が主催する集団接種について、3回目接種は6月をもって終了し、小児接種は7月をもって終了します。個別接種実施医療機関での接種は継続しますので、希望する方は医療機関へ直接申し込みください。

■小児接種 6月1日(水)予約受付開始分(最終)

1回目接種日	2回目接種日	接種受付時間	接種会場
7月2日(土)	7月23日(土)	13:00～15:30	ホテルクリスタルパレス

※使用ワクチンは小児用ファイザー社製

■3回目接種(最終)

接種日	接種受付時間	接種会場	使用ワクチン
5/28(土)	13:00～15:30	ホテルクリスタルパレス	武田/モデルナ社製
6/11(土)	13:00～15:30 17:00～19:30		ファイザー社製
6/19(日)	13:00～15:30		武田/モデルナ社製

※5/28、6/19は18歳以上の方のみ申込可

【問合せ】健康推進課(ヘルス・ケア・センター) ☎276-5222

新型コロナワクチンの 4回目接種について

ページID 1009603

4月28日に国において、新型コロナウイルス感染症にかかった場合の重症化予防を目的として4回目接種を実施する方針が示されました。接種の実施方法など詳細は、市報6月10日号や市HPでお知らせします。

接種対象 ①60歳以上の者
②18歳以上60歳未満で基礎疾患を有する者と、その他重症化リスクが高いと医師が認める者

使用ワクチン ファイザー社製および武田/モデルナ社製
接種間隔 3回目接種から5か月以上経過



▲詳しくはこちら(市HP)

ワクチンの接種は強制ではなく、本人の意思に基づき接種を受けていただくものです。

身体的な理由(病気やアレルギー等)により接種を受けられない方もいます。職場や周りの人などに接種を強制するなど、接種を受けていない方に不利益を及ぼす行為や差別的な扱いをすることのないよう、ご理解・ご協力をお願いいたします。

ひたちなか海浜鉄道開業記念祭 2022

6月12日(日) 午前10時～午後3時
雨天決行

会場 那珂湊駅、阿字ヶ浦駅、平磯海岸特設会場、勝田表町通商店街、ほか沿線各地域

那珂湊駅構内ステージイベント

- 開会式
- みなとちゃん&ぐんまちゃんのステージ
- 鉄道ものまねタレント立川真司の鉄道トークショー
- 美乃浜学園吹奏楽部や平磯保育園園児による太鼓の演奏
- 群馬県みどり市の皆さんの八木節

地元のおいしいものいっぱい

- 那珂湊駅
那珂湊焼きそば、多幸めし、ほっしーも等の地元名産品の販売
- 阿字ヶ浦駅、平磯海岸特設会場
地元食材の無料配布

展示・体験イベント

- 那珂湊駅
鉄道写真家による写真展示
- 勝田表町通商店街(TAMARIBA 横丁内)
ミニ新幹線乗車体験



その他

- 600円で湊線が1日乗り放題(小人300円)の割引切符販売
- 小学生以下のお子様には那珂湊駅で「湊線ペーパークラフト」プレゼント(先着100人)
- 湊線沿線のスタンプラリー(勝田・金上・那珂湊・平磯・阿字ヶ浦)参加者に粗品進呈
- 海浜鉄道を含めた鉄道会社5社による物品販売会
- 鉄道神社建立一周年記念祭(阿字ヶ浦駅)

詳しくは、ひたちなか海浜鉄道HPをご覧ください▶



【問合せ】ひたちなか海浜鉄道株那珂湊駅 ☎262-2361



花しょうぶが見頃を迎えます

ページID 1009593

6月上旬から中旬にかけて、馬渡はにわ公園の花しょうぶが見頃を迎えます。新型コロナウイルス感染対策に十分注意したうえでご来園ください。

詳しい開花状況等は、市HPでお知らせします。

※車で来園する方は、臨時駐車場をご利用ください。

開花状況はこちら(市HP)▶



【問合せ】公園緑地課 ☎内線 1383、4

ホームページ連携でらくらく検索

ページID 1000038

各記事に記載されている「ページID」を、市HPの「ページID検索」に入力して検索すると、簡単に目的のページを探すことができます。



市の人口

住民基本台帳人口(市民課扱い)

人口	156,757人
男	78,993人
女	77,764人
世帯数	70,729世帯

4月の人口動態

出生▶81人 死亡▶122人
転入▶703人 転出▶684人

4月末日現在

ひたちなか市
ホームページ



妊娠・子育て
応援サイト



移住・定住
サイト

