

# 市報 5.25

2026 No.755

# ひたちなか

- 2 プレミアム商品券を販売します
- 3 ひたちなかフラフェスティバル、PRの日  
6月は食育月間
- 4 氏名の振り仮名の記録が始まります  
市政懇談会を開催します
- 5-8 防災特集「災害への備え」
- 9 コキアの苗植え付け体験参加者募集
- 10-11 暮らしの情報面
- 12 ひたちなか海浜鉄道開業記念祭

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



プレミアム率  
**40%**  
販売数14万冊

# プレミアム 商品券

◀ 詳細は2面へ！

5/25 申込スタート

# プレミアム商品券を販売します

物価高騰の影響を受けている市民および市内店舗等の支援として、プレミアム商品券を販売します。  
プレミアム率40%・販売数14万冊は、いずれも過去最大規模となります。

販売  
価格

1冊 10,000円  
1人5冊まで申込可能

商品券

14,000円分

共通券

1,000円×7枚  
すべての店舗で使えます



2種類の券が入っています

地域  
応援券

1,000円×7枚  
中小店舗で使えます



- 対象者** 市内にお住まいの方
- 申込期間** 5月25日(日)～7月9日(日)(消印有効)
- 引換券発送** 8月下旬発送
- 引換販売期間** 9月2日(水)～14日(土)(日含む)
- 引換場所** ひたちなか商工会議所本所・那珂湊支所  
※店頭での販売は行いません
- 使用期間** 9月19日(土)～1月31日(日)
- 注意事項**
  - 申込多数の場合は、購入数を抽選により調整(割当)します。
  - 申込が販売数を下回る場合は、申込時に追加購入を希望された方の中から、抽選により購入数を調整(割当)します。
  - 申込した方は必ず1冊は購入できるため、高齢世帯・子育て世帯・障害者世帯等に対する優先枠はありません。
  - 取扱店舗は、市報6月25日号の折込チラシでお知らせします。
  - 申込内容に不備があった場合は無効となります。
  - 一度の買い物の限度額は20万円です。おつりは出ません。



## 申込方法 1

インターネット申込



## 申込方法 2

官製(通常)ハガキ ⚠️ 往復ハガキではありません  
1人につき1枚のハガキで申してください

記入例【おもて】

85	3128716	ひたちなか市勝田中央14-8
		ひたちなか商工会議所
		プレミアム商品券係

記入例【うら】

プレミアム商品券 予約販売申込	
1. 郵便番号	
2. 住所	
3. 氏名(フリガナ)	
4. 電話番号	
※日中連絡がとれる電話番号	
5. 購入希望数(1～5冊)	
6. 追加販売があった場合購入を希望する・希望しない	
追加希望数(1～5冊)	

※料金改定前のハガキを使用する場合は、不足分の切手を貼付してください



園児たちによるダンスとマーチング演奏が披露されました。元気いっぱいの演奏に、観客たちも思わずにっこり。



ひたちなか市職員のカネ(男性)によるステージ。フラ協会の協力のもと、仕事終わりに練習した成果を発揮しました。



市民交流が20年以上続く石垣市からはるばる参戦！八重山民謡を披露し、会場を盛り上げてくれました。

**6月は食育月間**

**「2つの備え」がいざという時の安心に**

**「食べること」への備え**

普段の食事はもちろん大切ですが、災害時に備え、ご家庭で水や食料を備蓄することも大切です。特に、赤ちゃんや介護が必要な方、食物アレルギーなどの持病のある方がご家族にいる場合、避難所に届けられる支援物資や炊き出しの食事は食べられないことがあります。そのため、ベビーフードや乳児用液体ミルク、レトルトパックの介護食品など、本人が食べられる食品を1週間分くらい備蓄しておくことで安心です。

また、日頃から食べ慣れるために食事として使い、使った分を補充する「ローリングストック」がおすすめです。あわせて、ウェットシートや使い捨てのエプロン・食器・スプーンなども備蓄しておきましょう。

**「出すこと」への備え**

食べることに加え、出すこと(排泄)への備えも重要です。断水により水洗トイレが使用できない場合を想定していますか。1人あたり1週間分の備蓄の目安は、携帯トイレ35回分(1日5回)、トイレットペーパー1ロールです。携帯トイレは大きさも形態もさまざまな種類があり、ホームセンターやインターネット通販等で購入できます。使い慣れていないと失敗することもあるため、ぜひ試しておきましょう。

災害時、エコノミークラス症候群を発症した方の多くは女性という報告もあります。\*疲労やストレスに加え、仮設トイレの利用を避けようと水分補給を控えることが原因とみられています。災害時でもトイレのことを心配せず、大切な水分や食事がしっかりと摂れるよう、平時から積極的に備えましょう。

\*2016年熊本地震時、熊本県調べ

【問合せ】健康推進課(ヘルス・ケア・センター) ☎ 276-5222

**1** 災害時に備えて備蓄しましょう

水と、あとは…?

**家族に合わせて1週間分の備蓄を!**

- 赤ちゃんにはベビーフード、液体ミルクなど
- 介護が必要な方はレトルトの介護食品など
- アレルギーや持病がある方は、本人が食べられる食品を

ローリングストックがおすすめ

備える → 食べる → 補充する

ウェットシートや使い捨ての食器もあると便利

**2** 食べることに加えて「出すこと」も大切なことだよ

**断水を想定して準備しましょう**

1人あたり1週間分を目安に

- トイレットペーパー1ロール
- 携帯トイレ35回分

さまざまな種類があるので、使い慣れておくことで安心! ぜひ一度試してみよう

**3** 災害時、女性のほうがエコノミークラス症候群になりやすいんだって

トイレの回数を減らそうと、水分を控えてしまうことが原因の一つ

**エコノミークラス症候群の予防策**

- こまめな水分補給
- 軽い体操やストレッチをする
- ゆったりとした服装をする

**4** 備えが安心につながるね!

**今からできること**

- 水や食料を1週間分用意する
- ローリングストックを実践
- 携帯トイレを1週間分用意する
- 携帯トイレを試してみる



## 氏名の振り仮名の記録が始まります

一戸籍・住民票・マイナンバーカードに記録されます

ページID 1015218

昨年ハガキで通知された氏名の振り仮名が、順次戸籍に記録されます。本籍地の市区町村ごとに記録の時期が定められており、ひたちなか市に本籍がある方は、8月から9月にかけて記録作業を行います。

全国の市区町村の記録作業の完了は、令和9年5月頃の見込みです。早期に氏名の振り仮名の記録を希望する場合は、ご相談ください。



ひたちなか市に本籍がある方は、8月から9月にかけて氏名のフリガナが記録されます



戸籍制度マスコットキャラクター「コセキツネ」

氏名の振り仮名は、戸籍に記録されたのち、順次住民票に記録され、マイナンバーカードにも記録されますが、手続きは特に必要ありません。マイナンバーカードへの氏名の振り仮名の記録は、電子証明書の更新や新しいカードの受け取りの際に行います。電子証明書の更新等で来庁される場合は、時間がかかりますので、WEB日時予約の利用をおすすめします。予約をしない場合は、窓口混雑状況をご確認の上、時間に余裕をもってご来庁ください。



来庁前に混雑状況をチェック!

マイナンバーPRキャラクター「マイナちゃん」



▲電子証明書更新案内



▲WEB日時予約



▲窓口混雑状況

【問合せ】市民課 ☎ 212-3831



## 市政懇談会を開催します

忌憚のないご意見やご提案をお聞かせください。

日時	地区名	開催場所	
7/4 ㊦	10:00～11:30	勝田第一中学区	1中地区コミセン
	13:30～15:00	勝田第三中学区	前渡コミセン
7/10 ㊦	18:30～20:00	美乃浜学園学区(旧阿字ヶ浦中学区)	阿字ヶ浦ふれあい交流館
7/11 ㊦	10:00～11:30	佐野中学区	佐野コミセン
	13:30～15:00	美乃浜学園学区(旧平磯中学区)	平磯コミセン
7/12 ㊦	10:00～11:30	那珂湊中学区	那珂湊コミセン
	13:30～15:00	田彦中学区	田彦コミセン
7/14 ㊦	18:30～20:00	大島中学区	大島コミセン
7/17 ㊦	18:30～20:00	勝田第二中学区	市毛コミセン

**内容** ①市長による令和8年度予算、主要施策説明(30分)  
②懇談(60分)

**参加者** ○地域団体 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(各会場先着10人)

5月25日㊦～市公式LINEで申込、または電話で広報戦略課

○市の出席者 市長、副市長、上下水道事業管理者、教育長、関係部長、消防長

### 市公式ラインからの予約方法

まずは友だち登録! @hitachinakacity



メニュー>ご予約/お申込み>市政懇談会  
>カレンダーから参加希望の日程を選択

【問合せ】広報戦略課 ☎ 273-0122



## 駅での乗降ルールを守りましょう

勝田駅周辺は、朝夕の時間帯を中心に駅前広場や周辺道路で混雑が発生しています。

駅を利用するすべての方が、安全で快適に利用できるよう、ルールとマナーを守った利用に、ご理解とご協力をお願いします。

### 1. 乗降は指定された場所をご利用ください

一般車が利用できる乗降スペースを利用し、バス・タクシー乗り場への進入や他の利用者の妨げとなる場所での乗降はご遠慮ください。

### 2. 乗降スペースでの長時間待機はご遠慮ください

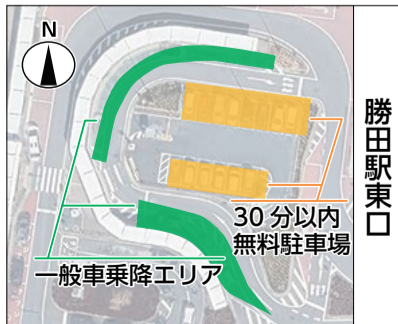
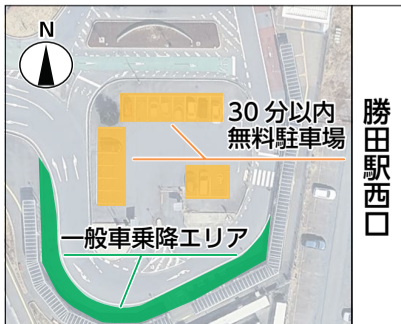
乗降スペースは、短時間利用を目的とした場所です。お迎え等で待機する場合は、30分以内無料の広場内の駐車場をご利用ください。

### 3. 乗車・降車は速やかに行ってください

駅前広場では、多くの車両が限られたスペースを共有しています。乗降後は速やかに出発をお願いします。また、前が空いたら詰め、後続の車両が利用できるようご協力ください。

### 4. 場内の案内表示・走行ルールに従ってください

駅前広場内では、走行経路やレーンが定められています。案内看板や路面標示に従い、安全に走行してください。



【問合せ】道路管理課 ☎ 273-1443

8月～11月  
中期開催

## みんなで楽しく介護予防! 元気サポート教室

火曜	水曜	木曜	金曜
①湊コース 9:30～11:00 しあわせプラザ	②湊コース 9:30～11:00 しあわせプラザ	③湊コース 9:30～11:00 しあわせプラザ	④湊コース 9:30～11:00 しあわせプラザ
⑤湊コース 14:00～15:30 しあわせプラザ	⑥佐野コース 14:30～15:30 佐野コミセン	⑦阿字ヶ浦コース 14:30～15:30 阿字ヶ浦ふれあい交流館	⑧前渡コース 14:30～15:30 前渡コミセン
	⑨金上コース 9:30～11:00 金上ふれあいセンター	⑩大島コース 10:00～11:00 総合福祉センター 大島荘	⑪金上コース 9:30～11:00 金上ふれあいセンター
⑫津田コース 14:30～15:30 津田コミセン	⑬金上コース 14:00～15:30 金上ふれあいセンター	⑭金上コース 14:00～15:30 金上ふれあいセンター	⑮金上コース 14:00～15:30 金上ふれあいセンター

**内容** ストレッチ、脳トレ、体操、口腔体操等

**対象** 65歳以上など  
※詳しくは問い合わせください

**定員** 各コース15人  
(金上コースのみ25人)

**費用** 1回100円、送迎ありの場合は1回150円  
※毎回現金払い、送迎には人数制限・区間制限あり

**申込** 6月2日㊦～16日㊦に、ネット申込または電話で元気サポート教室 金上



申込▶

【問合せ】元気サポート教室 金上 ☎ 354-4171

## 防災特集 災害への備え

# 意外と知らない？ 防災豆知識



地震や台風、大雨などの災害は、いつ起こるかわかりません。いざという時に自分や家族を守るためには、日頃から情報を仕入れ、準備をしておくことが大切です。まずは「防災の豆知識」をご紹介します。楽しく知識を身につけましょう。

【問合せ】生活安全課 ☎ 273-2958



### 豆知識 1

#### 食べながら備える！？ ローリングストック を实践しよう



市では備蓄の確保や、災害時応援協定など体制強化に努めていますが、災害時にはすぐに食料が手に入らないこともあるため、1人当たり1週間分の備蓄をしておくことが安心です。少し多めに買い置きし、食べた分を補充する「ローリングストック」を実践すると、無理なく備えることができます。

### 豆知識 2

#### 断水時に意外と困る… 忘れがちな トイレの備え



災害時は断水でトイレが使えなくなることも。必要数の目安は、1人1日5回として、7日分で35回分を備えておくことが安心です。臭いや衛生面の負担を減らすためにも、普段から家族人数に合わせて準備し、使い方を練習しておきましょう。

### 豆知識 3



#### 非常用持ち出し袋は 枕もとや玄関など 避難動線上におきましょう

非常用持ち出し袋（中身は6面を確認！）は、災害の時にすぐ持ち出せる場所へ置いておくことが大切です。寝室の枕もとや玄関など、避難動線上にある場所がおすすめ。家族みんなで置き場所を共有しておく、いざという時も落ち着いて行動しやすくなります。

### 豆知識 4



#### このマークは 「緊急避難場所」 を示しています

このマークは、災害の危険から命を守るために逃げ込む「緊急避難場所」を示しています。ひたちなか市では、市内全ての指定避難所が指定緊急避難場所を兼ねています。いざという時に迷わず避難できるよう、防災マップで確認しましょう。



▲防災マップ

### 豆知識 5

#### 高齢者など避難に 時間がかかる方は 「警戒レベル3」で避難開始！



災害時にとるべき避難行動が分かりやすいように整理した「警戒レベル」は全部で5段階。数字が大きくなるほど危険度が高まり、とるべき行動が異なります。警戒レベル3の「高齢者等避難」では、高齢者など避難に時間がかかる方が、警戒レベル4の「避難指示」では、対象地域の全員が避難する必要があります。

### 豆知識 6

#### 家族や知人に 安否を伝えるには 災害用伝言ダイヤル171が便利



大きな災害が発生した際に、家族や知人へ安否情報を伝えられるサービスです。電話番号を使って伝言を録音・再生でき、連絡手段として役立ちます。毎月1日と15日や、防災週間（8/30～9/5）には体験利用もできるため、いざという時に備えて使い方を確認しておくことが安心です。

いくつかの豆知識を知っていましたか？ 次のページからは、すぐに取り組める防災アクションを紹介します。できることから少しずつ始めて、日常の中に備えを取り入れていきましょう！





## 防災特集 災害への備え

# 今日からできる防災アクション

自然災害はいつどこで起こるかわかりません。被害を最小限に抑えるために大切なのは、「その時」が来る前の備えです。住んでいる地域の避難場所の把握や、非常用持ち出し袋の準備など、日頃の小さな準備がいざという時の行動を大きく左右します。

## 情報を集めて対策

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。防災マップや各種ハザードマップを活用して、自身が住んでいる地域やよく活動する場所の災害リスクを確認しましょう。

### ハザードマップ配布場所

- 生活安全課（防災・津波・洪水・内水）
- 河川課（洪水・内水・土砂災害）



ひたちなか安全・安心メール



市公式LINE



各種ハザードマップ



### 集めた情報はマイ・タイムラインに

マイ・タイムラインとは、災害発生時の進行に合わせて「いつ」「誰が」「何をするか」を可視化するものです。この機会に災害への備えを再確認してみませんか？

国土交通省HP ▶



### ポイント

- ①ハザードマップなどで災害リスクを知る
- ②家族構成に合わせた計画
- ③安全な避難先を確認する



8面で実際にマイ・タイムラインを作成してみましょう！

## 災害時の避難行動

### 指定避難所への立ち退き避難

避難所では、衛生環境の保持や自分や家族の健康管理に留意し、ルールやマナーを守りましょう。



### 安全な地域にある親戚・知人宅への立ち退き避難

普段から災害時に避難することを相談しておきましょう。

### 屋内安全確保

屋内にいて安全が確保できると判断した場合や、外に出ることがかえって危険な場合などは、屋内での安全確保につとめます。※津波や土砂災害の危険がある地域では立ち退き避難が原則です



### ポイント

- 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

### 災害時のペットとの同行避難



災害時に開設された全ての指定避難所に、飼育しているペットを同行し、避難することができます。ペットの受け入れスペースでの世話や水・食料確保、排泄物処理などの衛生管理は、飼い主が責任をもって行いましょう。



▲市HP

## ローリングストックを習慣に

### ローリングストックとは

食料品や日用品を多めに買い置きして、古いものから順に使い、使った分を補充していく備蓄方法です。比較的無理なく長期の備蓄ができ、災害時に普段と同じものを食べたり使ったりすることができます。

### 買い足す

一定数食べたり使ったりしたら買い足して補充する



### 備える

いつも食べている食材を多めに買って、蓄える



ローリングストック

### 消費する

普段の生活で消費する



詳しくはこちら  
(政府広報オンライン) ▶



# 備蓄品や非常用持ち出し袋をチェック

## 家庭での備蓄



食料品



飲料水



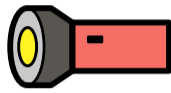
衣類、下着



マスク、消毒液



救急箱(薬)、体温計



懐中電灯、乾電池



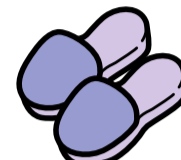
ラジオ



筆記用具



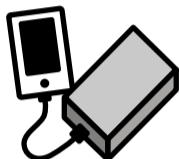
持ち運び用のバッグ



スリッパ



ティッシュ



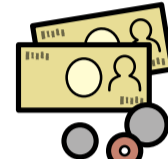
充電器(バッテリー)



ポリタンク



工具



現金

## 非常用持ち出し袋



家族の人数×3食分の食料



家族の人数×3食分の飲料



衣類、下着(翌日分)



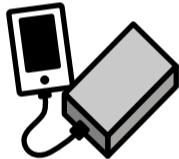
救急用品(絆創膏・包帯)



マスク、消毒液



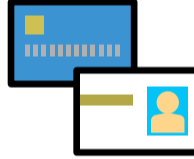
常備薬



充電器(バッテリー)



現金、預金通帳、印鑑



マイナンバーカード



リュックサック

## 家族構成や家庭状況に応じて…

### 乳幼児

- 子供用おむつ
- ベビーフード
- ミルク
- おしりふき
- 使い捨て哺乳瓶
- 母子健康手帳

### 高齢者

- 大人用紙パンツ
- 持病の薬
- 介護食
- 入れ歯・洗浄剤
- おくすり手帳のコピー
- 補聴器・老眼鏡

### 女性

- 生理用品
- サニタリーショーツ
- 防犯ブザー
- おりものシート
- 中身の見えないゴミ袋



## いざという時の避難体制づくり 避難行動要支援者支援制度

自主防災会、民生委員・児童委員をはじめとする地域のご協力のもと、災害時に避難の支援を必要とする方に対して、安否確認やできる限りの避難誘導などの支援を行う制度です。

※支援者にはできる限りの支援をお願いするものであり、支援が約束されるものではありません。登録には、氏名、住所、緊急時連絡先等の情報提供だけでなく、協力者への情報開示の同意が必要です。



▲市HP

**対象者** 次の項目に該当する方

- ① 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
- ② 身体障害者手帳(1級または2級)の交付を受けている方
- ③ 療育手帳(㊦またはA)の交付を受けている方
- ④ 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
- ⑤ 65歳以上のひとり暮らしで避難に困難がある方
- ⑥ ①～⑤に準ずる状況にあり、単独での避難が難しい方

**登録方法** 避難行動要支援者調査票(台帳)の提出(郵送可)、または民生委員・児童委員による一人暮らし高齢者調査への回答



## 「いま、あなたの力が必要です」 災害ボランティア事前登録の案内

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。皆さま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、床下作業
  - 軽トラック等による家財の運び出し
  - 重機操作等特殊ボランティア活動

その他災害の状況によりさまざまな活動を依頼する場合があります

**登録方法** 事前ボランティア受付フォームから登録

**問合せ** 市災害ボランティアセンター(社協内) ☎ 274-5135



▲登録

地震版

# マイ・タイムラインを作ろう

保存版

日頃の備え

ハザードマップで我が家の災害リスクを確認

\_\_\_\_\_ の危険あり

自宅からの避難ルート、避難場所を確認

避難場所・集合場所 \_\_\_\_\_

避難にかかる時間 \_\_\_\_\_

家族・知人の連絡先

名前	連絡先

地震発生！

- 低い姿勢で頭を守り動かない
- 倒れてくる家具や落下物に注意
- \_\_\_\_\_

自分の身を守るためのシェイクアウト訓練



揺れが収まったら

- 自分と家族の安全を確認
- 火の始末
- \_\_\_\_\_
- 周囲の状況を確認・把握する
- ドアや窓を開けて逃げ道を作る
- \_\_\_\_\_

避難準備

- 余震に注意する
- 非常時持出品を確認
- \_\_\_\_\_
- 家を出る時は、ブレーカーを切り、ガスの元栓を閉める
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

避難行動

- 移動する時は、ブロック塀などには近寄らない
- 避難所や親戚・知り合いの家などの避難先に避難する
- \_\_\_\_\_
- 地域で避難する時は一時集合場所へ
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

避難所生活

- 災害用伝言ダイヤル 171 や SNS などを使って、無事を知らせる
- \_\_\_\_\_
- 避難所では集団生活のルールを守る
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

## 新たな防災気象情報を確認！

5月29日から、情報の名称に「レベル1～5」が明記され、危険度が直感的に判別可能になります。これまでの「大雨警報」は「レベル3大雨警報」へ、避難指示相当は新設の「レベル4大雨危険警報」となります。数字を確認し、迷わず早めの避難行動を心がけましょう。

	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
警戒レベル5相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル4相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
警戒レベル3相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
警戒レベル2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
警戒レベル1	早期注意情報			

- レベル1 早期注意情報**

今後の情報に注意。災害への心構えを一段高めよう。
- レベル2 注意報**

ハザードマップなどで災害リスクを再確認。どんな危険があるか、どうやって逃げるか家族と相談しよう。
- レベル3 警報**

高齢者などの避難に時間がかかる方は危険な場所から避難する。その他の人も、必要に応じて避難の準備や自主避難を。
- レベル4 危険警報**

災害が発生してもおかしくない。危険な場所から全員避難しよう。
- ここまで絶対に逃げよう**
- レベル5 特別警報**

すでに氾濫や土砂崩れなどがおきているかも。少しでも安全なところに行こう。



## コキアの苗植え付けと昔遊び体験 in 国営ひたち海浜公園

人気のコキアの苗植え付け体験に加え、昔遊びの体験が楽しめます。コキアの成長を見守る喜びを味わいながら、忘れられない思い出を作りませんか？



提供：国営ひたち海浜公園

**日時** 6月14日⑩ 午前10時～正午  
**対象** 市内小学校の1～3年生とその保護者  
**定員** 20組 ※多数の場合抽選  
**費用** 無料(入園料・駐車料金は自己負担、中学生以下は入園無料)  
**申込** 5月31日⑩までに申込フォームから

申込はこちら▶

【問合せ】青少年課 ☎ 272-5883



## 海岸クリーン運動を実施します

ページID 1001728

海水浴シーズン前に海岸の清掃を実施します。ふるってご参加ください。

**日時** 7月4日④ 午前7時30分～9時30分 ※雨天中止  
**場所** 那珂湊漁港、平磯海岸、磯崎海岸周辺  
**その他** 軍手・ビニール袋は用意します  
**主催** 市コミュニティ組織連絡協議会、市民憲章実践部会  
**申込** ネット申込

申込▶



【問合せ】環境政策課 ☎ 273-2963

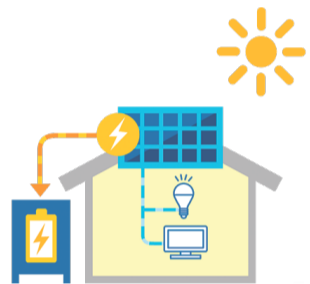


## 自立・分散型エネルギー設備 導入促進補助金

ページID 1013842

新規に太陽光発電設備と蓄電システムを合わせて設置した方に、設備費等の一部を補助します。

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。環境に配慮した再生可能エネルギーの使用を心がけてみませんか。



**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9年3月31日⑩まで

**注記** ○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は補助対象外です。  
○予算の上限に達し次第終了となります。

詳しくはこちら▶

【問合せ】環境政策課 ☎ 273-2963



## 6月5日は環境の日 6月は環境月間 環境にいいこと、今日から始めよう！

6月5日は「環境の日」、6月は「環境月間」です。日々の生活の中で環境にいいことについてどんなことができるか考え、身近で無理なくできることから始めてみましょう。

○マイバッグやマイボトル等を持参してプラスチックごみを減らす



○こまめに電気を消す



### 環境の日とは

6月5日の環境の日は、1972年6月5日からストックホルムで開催された「国連人間環境会議」を記念して定められ、日本では「環境基本法」(平成5年)において「環境の日」を定めています。

市では、2050年カーボンニュートラル実現や、身近な自然の保全に向けた各種取り組みを推進しています。

【問合せ】環境政策課 ☎ 273-2963

人気エリア 東部第2地区

## 土地区画整理地内の宅地 (保留地)を販売します

ページID 1016793

**受付期間** 5月27日⑩～6月9日⑩(④⑤⑥を除く)  
午前8時30分～午後5時15分

※多数の場合抽選、申込がない場合は先着順で販売  
**申込書** 市HPからダウンロードまたは区画整理二課で配布  
**申込方法** 申込は1世帯1区画または1法人1区画

▼窓口 区画整理二課(企業合同庁舎3階)

▼郵送 6月9日⑩(必着)  
〒312-8501 東石川2丁目10番1号  
ひたちなか市区画整理二課(東部第2)

**抽選日時** 6月21日⑩ 午前10時～  
**抽選場所** 企業合同庁舎3階 第1会議室  
**申込資格** 以下の条件に該当しない方

○成年被後見人または被保佐人  
○破産手続開始の決定を受けて復権を得ない者 等

詳しくはこちら▶

<p>※表示の道路は計画道路を含みます</p>	番号	①	②	③
	街区	67-2	67-2	67-2
	符号	8	12	13
	地積(m <sup>2</sup> )	252.11	280.90	291.92
	単価(円/m <sup>2</sup> )	41,300	41,300	41,300
	販売価格(円)	10,412,000	11,601,000	12,056,000

【問合せ】区画整理二課 ☎ 273-0693



## 生活に困っている方へ お気軽にご相談ください

市では、生活に困窮している方が自立した生活を送れるよう、就労、家計、住まいに関する支援や必要な情報提供のほか、関係機関と連携し生活が安定するようお手伝いしています。

### 自立相談支援事業

生活に困窮している方の状況に応じて何が必要かを一緒に考え、必要な情報の提供および助言をするとともに、就労支援などを行います。

### 住居確保給付金

離職または自営業の廃止、もしくはやむを得ない休業等により経済的に困窮し住居を失う恐れがある方に対し、就労に向けた活動をするを条件に、原則3カ月間、家賃相当額を支給し、住居および就労機会の確保を図ります。

また、収入が著しく減少し、転居により家賃負担等を軽減する必要がある生活困窮者で家賃の低廉な住宅へ転居し、家計改善できるよう転居費用を補助します。いずれも収入、資産要件などがあります。

### 家計改善支援事業

生活に困窮している方が、自ら家計の状況を把握し改善意欲を高められるように家計プランを作成し、早期に生活再生できるよう支援します。

### 居住支援事業

ホームレス等の一定の住居を持たない生活困窮者に対して、一定の期間内に限り、宿泊場所、食事および衣類等の提供、就労支援を行うことで生活の再建および安定した生活の移行を支援します。いずれも収入、資産要件などがあります。

【問合せ】生活支援課 ☎ 273-1941

### 児童手当現況届の提出について

令和4年度以降、現況届の提出は原則として不要ですが、以下に該当する方は提出が必要です。  
 ①提出した「監護相当・生計費の負担についての確認書」でお子様の職業等を「学生」以外とした方  
 ②離婚協議中で配偶者と別居中の方  
 ③施設等受給者(里親含む)  
 ④その他市から案内が届いた方  
 ※対象者には6月上旬頃に案内を送付します。詳細は市HPをご確認ください。



### 健康応援ブック 訂正とお詫び

対象者の方へ発送済みの健康応援ブック(健康診査・がん検診受診券)、6ページ中段の「肝炎ウイルス検診の対象者・個人負担金」に誤りがありました。お詫びするとともに訂正いたします。  
**【正】** 41～74歳は1,000円  
**【誤】** 41～69歳は1,000円  
**問合せ** 健康推進課 ☎ 276-5222

### 市の情報届いてますか？ 広報アンケート

市では情報発信を見直すため、アンケートを実施します。日頃どのように情報を受け取っているかご意見をお待ちしています。  
**期間** 5月25日(金)～6月25日(金)  
**回答方法** インターネットで回答  
 ※紙のアンケート用紙は、市役所・那珂湊支所に設置  
**問合せ** 広報戦略課 ☎ 273-0122



### 民間賃貸住宅の家賃を補助します

**対象** 民間賃貸住宅家賃補助の基準を満たし、市の審査後に対象の民間賃貸住宅の空き家に引越しできる方  
 ※賃貸借契約前に必ず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** 先着順で5月25日(金)～住宅政策課 ☎ 273-1496

### 市営墓地を清潔に保ちましょう

これからの季節は雑草が生い茂りやすく、放置すると周囲の区画に迷惑がかかります。使用者は定期的に除草等をして清潔な環境を保ちましょう。ご自身での管理が難しい場合は、シルバー人材センター ☎ 273-4727 で墓地内の清掃・除草(有料)を請け負います。ぜひご検討ください。  
**問合せ** 環境政策課 ☎ 273-2963

### 歯の何でも電話相談

ふだん歯医者さんに聞けないこと、入れ歯のこと、お子さんの歯の悩み、矯正、口臭の悩み、歯周病、料金のこと等、歯科医師に無料で相談できます。  
**日時** 6月7日(金) 午前9時～正午  
**相談** 県保険医協会 ☎ 029-823-7930

### あなたのお仕事、発信します！

あなたの職場の商品やサービス、職場の雰囲気、はたらく人。ひたちなか市の事業所に詰まった「魅力」や熱い想いを、一緒に発信しませんか？  
 「うちの〇〇知ってほしい！」という方は、商工振興課またはインスタグラムのDMにてお気軽にご相談ください。  
**問合せ** 商工振興課 ☎ 273-0674



### 障害者法定雇用率の引き上げ

令和8年7月1日より、民間企業の障害者法定雇用率が2.7%に引き上げられます。制度についてご理解の上、障害者雇用の促進にご協力をお願いします。障害者雇用に関し、不明点やお困りの点がございましたら、管轄のハローワークへお気軽にご相談ください。  
**問合せ** 水戸公共職業安定所 ☎ 029-231-6221

### 6月の弁護士相談

**場所・日程** ▼市民相談室(市役所1階・広報戦略課内) 6月2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)  
**時間** 午後1時～4時 ※要予約  
**対象** 市内に住民登録のある方  
**定員** 各日6人(1人25分程度)  
**注記** 年度内2回まで。同一案件の再相談不可。  
**定員** 各日6人(1人25分程度)  
**申込** 広報戦略課 ☎ 273-0122

### 6月1日～7日は「水道週間」

**■家庭水道管の適切な維持管理を**  
 給水管や止水栓などは個人の財産です。経年劣化により漏水の可能性が高まるため、定期的に確認をお願いします。  
**■災害時の給水所の確認を**  
 災害による長期断水に備えて、応急給水所の場所を確認しておきましょう。  
**問合せ** 料金サービス課 ☎ 219-7122



### 消防団の新しい分団長を紹介します

市では消防団員を募集しています。自分が住んでいる地域のため、消防団に入団してみませんか？  
 ○第1分団勝田駅前地区 大和田慎 ○第3分団田彦地区 平野恒 ○第5分団市毛地区 磯崎将志 ○第8分団金上地区 寺内拓也 ○第10分団中根地区 安正人 ○第13分団湊駅前地区 高田広 ○第21分団十三奉行地区 黒澤俊彦  
**問合せ** 生活安全課(消防団担当) ☎ 270-0025

### 6月の行政書士相談

**場所・日程** ▼市民ホール(市役所1階) 6月4日(金)、18日(金) ▼那珂湊支所(2階・会議室) 6月11日(金)、25日(金)  
**時間** 午後1時～4時 ※申込不要  
**内容** 営業許可、契約書、相続、遺言等  
**問合せ** 県行政書士会水戸支部 ☎ 303-5812

### 6月7日～13日は「危険物安全週間」

**■つかみ取れ！めざす無事故の頂を**  
 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、などの危険性があります。危険物に対する意識を再認識し、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。

### 甲種防火管理再講習

**日時** 8月7日(金) 受付：午後1時～1時30分 **場所** ワークプラザ勝田 **定員** 100人 **費用** 7,000円 **申込** 7月2日(金)～15日(金)にネット申込  
 ※申込状況に応じて2次募集を実施予定  
**問合せ** 日本防火・防災協会 ☎ 03-6263-9903

### 困りごと相談

**日時** (金)～(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・広報戦略課内)  
**内容** 心配ごとの相談、専門機関への案内等  
**問合せ** 広報戦略課 ☎ 273-0122



## 図書館インフォメーション

中央 ☎ 273-2247・那珂湊 ☎ 263-5499・佐野 ☎ 270-3811

特別休館のお知らせ 中央図書館は、5月25日(金)～6月4日(金)まで、蔵書点検のため休館します。\*ブックポストへの返却は、休館中も利用できます。

	日時	内容	場所
中央	6/6(金) 11:00～	そとのおはなしの会・きき耳おはなし会(幼児・小学生向け)	おはなしのへや(児童室)
	6/12(金) 11:00～	おひげでだっこのおはなしかい(0～2歳の親子向け)	
那珂湊	6/14(土) 14:00～	キッズシアター「ふしぎ駄菓子屋銭天堂～ダイナソーダと遺跡おかし～」(90分)	視聴覚室
	6/21(土) 14:00～	みなとシアター「少年と犬」(129分)	
	6/24(金) 14:00～(30分程度)	大人のためのおはなし会(一般向け、子ども参加可)	
佐野	6/2(金) 11:00～	おひげできくおはなしかい(0～2歳の親子向け)	視聴覚室
	6/6(土) ①11:00～②14:30～	こどもえいがかい「ゆかいなゆかいなアニメコレクション1～ワルツの王様～ほか」(15分)	
	6/14(土) ①10:00～②14:00～	サンデーシアター「プロジェクトA」(105分)	

**PICK UP** 那珂湊 オレンジ・カフェ  
**日時** 6月19日(金) 午後2時～3時30分  
**場所** 視聴覚室 **内容** 認知症予防の体操や脳トレなど  
**定員** 16人  
**申込** 5月26日(金)～中央図書館へ電話または電子申請

## ビタミンDは足りていますか？

健康 ME

日立製作所ひたちなか総合病院 小児科 小宅 奈津子

屋内で過ごす時間の増加や食生活の変化によって、現代の多くの人がビタミンD不足状態であることが疫学調査で分かっています。ビタミンDは、腸でのカルシウム吸収を促進し骨を強くする働きと免疫機能を調節する働きをもち、不足によって骨粗鬆症や骨折が増えるだけでなく、がん、神経疾患、感染症、自己免疫疾患、心血管系疾患などの発症リスクが高まるとの疫学調査結果があります。最近では乳児のビタミンD不足と食物アレルギー発症との関連も注目されています。骨粗鬆症・骨折の予防においては、骨密度は18～20歳でピークに達し40歳頃からは徐々に低下するので、青年期までに骨密度を十分に増加させ高齢期での低下を抑制することが重要です。実は、ビタミンD不足は高齢の方より若い人に多いという疫学調査結果もあり、乳児期から生涯にわたって不足には注意する必要があります。

ビタミンDは紫外線により皮膚で合成されるため、適度に日光を浴びている場合は不足しにくいですが、屋内で過ごすことが多い場合や過度に紫外線対策をする場合は、意識して食事から摂取することが大切です。キノコ類、魚介類に多く含まれます。

地域密着型サービス事業者募集

介護保険事業者を募集します。

■募集内容

Table with 3 columns: サービスの種類, 事業者数, 募集圏域等

申込期間 6月1日(日)~7月24日(金)

\*詳細は市HPをご確認ください

問合せ 介護保険課 ☎ 273-1935



減塩教室(要申込)

血圧や腎臓の数値が気になる方、減塩方法が知りたい方の参加をお待ちしています。

日程 ▼1回目 7月1日(日)、7月17日(金) ▼2回目 9月29日(日)、10月15日(日) \*2日間セットで受講

時間 午前10時~11時30分 場所 ヘルス・ケア・センター 費用 300円

定員 各20人 申込 健康推進課 ☎ 276-5222 または市公式LINEから



コミュニティギャラリー展示

Table with 2 columns: 開催期間, 展示名

開館時間 午前10時~午後8時 \*休館日

問合せ 市民交流センター ☎ 276-0101

災害ボランティア養成講座

日時 6月13日(日) 午前10時~正午

場所 市総合福祉センター

講師 県社協防災アドバイザー 篠原洋貴氏

対象 市内在住の高校生以上で災害ボランティアに協力できる方 定員 先着20人 申込 5月29日(日)~6月10日(日)に、市社会福祉協議会へ直接または電話 ☎ 274-5135、FAX275-0606、メール hnsa-o2@chic.ocn.ne.jp

こらぼDEまなぼ~学びのとびら~

■はじめての ChatGPT - スマホでかんたん活用 -

日時 7月10日(金) 午前10時~正午 場所 ふぁみりこらぼ 講師 ぶちぼそ代表 鴨志田里子氏 定員 20人(抽選・市内優先) 持ち物 スマホ(要 ChatGPT アプリ) 申込 6月14日(日)までに電子申請 \*結果は6月29日(日)までに通知

問合せ ふぁみりこらぼ ☎ 272-6301



教科書展示会

日時 6月9日(日)~24日(日) 午前9時~午後5時 \*休館日(6月15日(日)、22日(日))

場所 中央図書館2階 集会室

内容 小・中・高等学校用、特別支援教育用教科書の展示

問合せ 学校管理課 ☎ 229-2417



傾聴ボランティア養成講座募集

さまざまなボランティア活動につながる「傾聴」を学びませんか?

日時 7月14日(日) 午後1時30分~4時30分

場所 市総合福祉センター

対象 ボランティアに関心のある方 定員 先着15人

申込 5月25日(日)~6月19日(日)に、市社会福祉協議会 ☎ 274-5135



しまじろうコンサート

■しまじろうと おかしのくにのハッピーパーティー

日時 9月5日(日) ①午後0時30分~ ②午後3時30分~ 場所 文化会館 費用 3,500円 \*全席指定、3歳未満は保護者1人につき1人まで膝上鑑賞無料

申込 ▼ネット申込 6月17日(日)午前9時~

▼電話 6月18日(日)午前9時~文化会館 ☎ 275-1122

第12回 夏季ヘルスバレーボール大会

日時 6月14日(日) 受付:午前8時30分~

開式:午前9時20分~ 場所 市総合体育館

会費 連盟登録チーム2,000円(未登録4,000円)

\*抽選会は、6月7日(日)午後6時~前渡コミセンで実施 申込 5月30日(日)までに連盟HPから(チーム登録のみ可能)



市高齢者大学 受講生募集

日程 7月~11月(年5回)

場所 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できます。

内容 「茨城の歴史を学ぶ」をテーマに5回実施

\*詳細は社協HP

申込 6月1日(日)~17日(日)に、市社会福祉協議会 ☎ 263-7424



映画上映会「栄光のバックホーム」

日程 7月4日(日)

場所 文化会館

費用 (前売)一般1,200円、高校生以下800円

\*未就学児入場不可、詳細は文化会館HP

問合せ 文化会館 ☎ 275-1122



平磯海岸 SDGs クリーンウォーク

日時 6月28日(日) 午前8時40分~午後0時30分

コース 集合:美乃浜学園駅→観瀨所→網のし頃の碑→平磯海浜公園→平磯海岸(清掃作業)→椋原神社→おさかな市場(ゴール) 距離 約7km

持ち物 トングのある方持参 費用 300円 \*小中学生無料

問合せ ウォーキング協会事務局・佐藤 ☎ 080-1925-4380

くらしの講座

■エンディングノートの書き方講座

~残された家族のために~

日時 6月25日(日) 午後1時30分~3時 場所 ふぁみりこらぼ

講師 原田優氏 対象 市内に居住、通勤、通学する方 定員 30人(抽選)

申込 6月12日(日)までに電子申請または多文化共生課 ☎ 273-2935



仕事と子育ての両立 就職応援セミナー

日時 7月16日(日) 午前10時~11時30分

対象 子育てをしながら仕事を探している方 内容 働くための心構え、子どもの預け先など。Zoomでオンライン開催します。 定員 先着20人

申込 5月25日(日)午前10時~7月9日(日)午後11時59分にネット申込 問合せ ハローワーク水戸マザーズコーナー ☎ 231-6221(45#)



平磯アート村プロジェクト

平磯の町を舞台にさまざまなアートイベントを開催。ひたちなか海浜鉄道に乗って海辺のまちを歩きながら「暮らしの中のアート」を体感してください。

日程 5月30日(日)~6月21日(日)

場所 佐藤商店(平磯町1250)、平磯コミセン

内容 巨大塗り絵、ワークショップ、スタンプラリー 他

問合せ 商工振興課 ☎ 273-0674



#ひたちなかのいいとこ Photo Gallery



国営ひたち海浜公園 大観覧車



青空に映える大観覧車! 観覧車から見える景色も最高です◎

初めて家族で茨城旅行した場所がここでした! 私も両親も感動したことを覚えています!

@loveandpeace\_hitachinakalife

Follow me ▶

ひたちなかれんだー 5月25日~6月25日

Calendar table showing events from May to June, including staff recruitment, art projects, and markets.

Calendar table showing events from May to June, including book exhibitions, train festival, and sports events.

PICK UP

平磯アート村プロジェクト 5/30(日)~6/21(日) 佐藤商店・平磯コミセン



市HP ▶

スポーツや文化・芸術の催しはこちらをチェック



▲総合運動公園HP



▲文化会館HP

# 6/13 (土) 10:00~15:00 ※雨天決行

## ひたちなか海浜鉄道 開業記念祭 2026

会場：那珂湊駅 阿字ヶ浦駅 美乃浜学園駅 ほか沿線各地域

### 那珂湊駅構内ステージイベント

- 開会式 ○鉄道トークショー-南田裕介
- 那珂湊高校のキャラクター「みなとちゃん」登場
- 群馬五代目堀込左源太一門会(群馬県みどり市)による八木節
- みなと源太&福くる演奏

### 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、ほっしい〜も等の地元名産品の販売
- 阿字ヶ浦駅** 観光旅館組合によるふるまい、キッチンカー



### 展示・体験イベント

- 那珂湊駅** ヨーヨー釣り、スーパーボールすくい、車内アナウンス体験(先着順)、鉄道模型展、鉄道写真家による写真展示
- 美乃浜学園駅** ミニ新幹線乗車体験、缶バッジ作成体験、輪投げゲーム、運転士制服写真撮影、湊線ぬりえ



### その他

- 湊線1日フリー切符を割引販売(大人700円・小人350円)
- 全6カ所の駅を巡るスタンプラリーの開催
- アクリルコースターや記念入場券などのイベントグッズを新発売
- 同時開催イベント：イバフォルニア・マーケット(阿字ヶ浦海岸) 平磯アート村プロジェクト(平磯町1250)



詳しくは、ひたちなか海浜鉄道HP ▶

【問合せ】ひたちなか海浜鉄道(株)那珂湊駅 ☎ 262-2361

## 身近な場所で花壇づくりをしてみませんか

市では、道路植樹帯や地域の公園や花壇など、日常的に多くの市民が鑑賞できる場所への花植え活動にご協力いただける花壇づくり団体を募集しています。地域の人々に親しまれ、潤いやすらぎを与える花壇づくりにぜひご参加ください。経費の一部については、助成を行っています。

### 緑と花の愛護普及事業(花壇づくり)への登録

花壇づくりを行ってみたいと考えている団体は、お気軽にお問い合わせください。新規での登録は随時受け付けております。また、昨年度ご協力いただいた団体には、今年度の登録申込書を送付いたしました。引き続きご協力をお願いします。

### 事例紹介 湊本町自治会

湊本町自治会では、令和3年度から活動を開始し、令和7年度は6月と11月に、湊公園や町内の花壇、道路の植樹帯などへ植栽を行いました。朝日会長は「生まれ育った街が常に綺麗で、多くの人が気持ちよく利用できるように、という想いが活動のきっかけです。今後も無理なく継続できる方法を模索しながら、取り組んでいきたいです」と話していました。



【問合せ】公園緑地課 ☎ 273-0417

## 花しょうぶが見頃を迎えます

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。開花が早まる可能性もあるため、詳しい状況等は市HPをご確認ください。



※車で来園する方は臨時駐車場をご利用ください。

## 夢 輝く子どもたち / 勝田第一中学校 3年 西村 諒太さん

### 愛され応援される選手へ

私の夢は、プロバスケットボール選手になることです。兄の影響で小学生のときに始めたバスケットは、私にとってなくてはならない存在です。「プロバスケットボール選手になることが夢」ですが、今の私には、プロとしてプレーしている自分の姿が想像できません。それでも最近、練習で成長している自分を実感できるようになりました。持ち前の明るさやポジティブなところを武器に、夢に向かって今がとても楽しく、充実しています。それとともに、家族、特に両親には想像できないほどの負担をかけていることを忘れてはいけないと感じています。自分のことを信じて支えてくれる家族に感謝し、導いてくれる人、自分に期待してくれる人に応えていけるように努力を続け、人から愛され、応援される選手になります。



ここが好き ひたちなか 都会過ぎず、田舎過ぎないところです。

### ホームページ連携でらくらく検索

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	153,049人
男	77,261人
女	75,788人
世帯数	73,001世帯

### 4月の人口動態

出生▶	75人	死亡▶	125人
転入▶	679人	転出▶	639人

4月末日現在