

広報 北茨城

Kitaibaraki city Information

2020

3

No.766



市内各地で色とりどりの雛飾り ～北茨城ひなあかり～

～CONTENTS～

- 受賞・表彰おめでとうございます②
- 北茨城市初のJリーガー誕生⑦

- 在宅要援護老人調査④
- お知らせ掲示板⑭

- 子ども予防接種週間⑤
- 休日の当番医⑮

受賞・表彰おめでとうございます

茨城県市長会

民間自治功労者表彰

関南町の新保洋子さんが、本市の発展に貢献されたとして、茨城県市長会民間自治功労者表彰を受賞されました。

新保さんは、平成7年から約6年間、民生委員・児童委員として地域福祉および児童福祉の推進に尽力されました。

また、平成15年から約16年の長きにわたり保護司として明るい地域社会づくりに尽力され、その功績により令和元年に法務大臣表彰を受賞されました。

現在、北茨城市地域女性団体連絡会の会長として、環境美化活動、共同募金活動、子育て支援活動などを推進するほか、各種行事や講座などへ積極的に参加され、男女共同参画の啓発、社会福祉の発展および住みよい社会づくりに多大な貢献をされています。



新保 洋子さん

問 秘書課

(鈴木) 内 203

茨城県統計功労者表彰

永年にわたり統計調査の発展に多大な貢献をされた方に贈られる茨城県統計功労者表彰において、本年度は市内から次の方が受賞されました。(敬称略)

▽統計調査員表彰

・総務大臣表彰

鈴木 とも、馬場 美智子

・経済産業大臣表彰

山形 規子

問 企画政策課 企画調整係

(鷲) 内 233

下水道促進週間コンクール

1月23日(木)茨城県庁9階の講堂において、令和元年度茨城県下水道促進週間コンクール表彰式が行われました。

本市からは高倉一馬さん(関本小5年)の作品が絵画・ポスター部門の知事賞準特選・都市局長賞に選ばれました。



問 下水道課 管理係

(長谷川) 内 263

令和2年度 地域交通利用券(タクシー助成券)の 申請受付会場について

広報きたいばらき2月号でお知らせした内容に加えて、左記の会場と日程でも受付を行います。

なお、左記の会場と同時に、市役所1階ロビーでも申請受付を行っています。

▽受付会場と日程

- ・中郷多目的集会所
3月17日(火)～19日(木)
午前9時～午後3時
- ・北部市民サービスセンター
3月23日(月)～25日(水)
午前9時～午後3時
- ・関本多目的集会所
3月26日(木)～27日(金)
午前9時～午後3時

▽必要なもの

- ・身分を証明できるもの(マイナンバーカード、保険証等)
- ・2019年度発行のタクシー助成券の表紙(継続の方)
- ※表紙に貼る顔写真を撮影します。
- ※市税等の滞納がある方には交付できません。

※代理の方でも申請できますが、詳しくはお問い合わせください。

問 まちづくり協働課 協働推進係

(滑川) 内 192

国民年金からのお知らせ

3月から4月にかけては、就職・退職・引越など異動が多い季節です。異動が生じた場合、次の手続きが必要です。速やかに届出をしましょう。

届出が必要な方	届出先	必要な書類
厚生年金を喪失した（退職した） 20 歳～ 60 歳未満の方	市役所	資格喪失日の分かる書類、 年金手帳、印鑑
厚生年金を喪失した（退職した）方の配偶者で 20 歳～ 60 歳未満の方		
厚生年金に加入している配偶者の扶養から外れた 20 歳～ 60 歳未満の方		扶養から外れた日の分かる 書類、年金手帳、印鑑
年金の受給者で 住所や氏名を変更した方	年金事務所 （※）	左記へお問い合わせください
厚生年金に加入している配偶者に扶養されている方で、住所や氏名を変更した方	配偶者の 勤務先	勤務先にお尋ねください
厚生年金に加入している配偶者の扶養になる 20 歳～ 60 歳未満の方		

※届出書類は市役所にも用意しています。

問 保険年金課 医療年金係

(小山、石森) 内 188

日立年金事務所

☎ 0294-2412125



国民年金保険料の産前産後 期間の免除制度について

▼免除期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間（以下「産前産後期間」といいます）の国民年金保険料が免除されます。

なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間の国民年金保険料が免除されます。

※出産とは、妊娠85日（4カ月）以上の出産をいいます。（死産、流産、早産等を含みます）

▼免除期間の取り扱い

産前産後期間として認められた期間は、保険料を納付されたものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。また、産前産後免除期間中の付加保険料は納付することができません。

▼対象者

「国民年金第1号被保険者」で出産日が平成31年2月1日以降の方
▼届出時期 出産予定日の6カ月前から申請可能です。

▼必要なもの

年金手帳、印鑑、身分証明書、母子健康手帳等
※被保険者と子が別世帯の場合は、出産証明書および戸籍謄本等、出産日および親子関係のわかる書類
▼届出先 市保険年金課または各市民サービスセンター
問 保険年金課 医療年金係

（小山、石森） ☎ 188

国民健康保険・後期高齢者医療保険からのお知らせ

交通事故による診療には 届出が必要です

交通事故など第三者（加害者）の行為によりけがをして治療を受けた場合、その治療に要する費用は加害者が負担することになります。しかし、市役所へ届出をすることで国民健康保険、後期高齢者医療保険（以下「各保険」）を使って診療を受けることもできます。治療に要した費用は、各保険が一時的に立替えて、後で加害者に請求します。

▼手続き方法

①交通事故にあったらすぐに警察署に届出をして「事故証明書」の交付を受ける

②各保険証を使って診療を受ける場合は必ず市保険年金課に届出をする

▼届出に必要なもの

保険証、事故証明書（後日提出でも可）、印鑑

▼注意事項

- ・どんなに小さな事故でも警察に連絡し、事故の確認を受けてください。
- ・加害者から直接治療費を受け取ったり、示談を済ませたりすると各保険で診療を受けることができません。安易な示談は避け、必ず市保険年金課にご相談ください。

▼次の場合には、原則各保険証を使って診療を受けることができます

①故意や重大な過失（酒酔い運転、無免許運転、速度超過、重大な交通違反等）による交通事故

②けんかや泥酔による傷病等

③仕事上のけがや病気

④自傷行為（ただし、精神疾患が原因による自傷行為は除く）

※なお、交通事故などにより要介護状態になった場合や、状態が悪化した場合は、市高齢福祉課へ届出をお願いします。

問 保険年金課 保険係

（長塚） ☎ 184

保険年金課 医療年金係

（鈴木） ☎ 185

後期高齢者医療保険からのお知らせ

高額介護合算療養費・高額医療 合算介護（予防）サービス費の支 給申請書が届いた方へ

医療保険と介護保険のサービスを両方とも利用している世帯で、1年間の自己負担額を合計して基準額を超えた場合に、その超えた金額が支給されます。3月中旬頃に対象者へ通知しますので、必要書類を確認のうえ、下記または各市民サービスセンターで申請してください。

なお、平成30年8月から令和元年7月の途中で保険が変わった場合や本市へ転入した場合は、自己負担額証明書が必要になることがあります。

す。また、申請者や受領口座を本人以外の口座に希望する場合も含めて、事前に左記へご連絡ください。

申 問 保険年金課 医療年金係

（志賀、根本） ☎ 187

養育里親を募集しています

様々な事情により、家庭で生活することができない子どもたちのために、皆さんにもできることがあります。里親制度に関心のある方はご連絡ください。

問 乳児院 同仁会乳児院

☎ 23-6251

児童養護施設 臨海学園

☎ 22-2357

児童養護施設

同仁会子どもホーム
☎ 23-3254

磯原駅自由通路広告掲載

たくさんの方が利用するJR磯原駅の自由通路（改札口正面など）に設置している掲示板への有料広告を募集します。お店や会社のPR、イメージアップにお役立てください。

▼料金 90cm×60cm以内

（B2サイズ程度）3千円/月

▼申込方法 電話で左記へ

※広告内容によっては、本市の基準により掲載をお断りする場合があります。

問 都市計画課 計画管理係

（小川、大平） ☎ 286

4



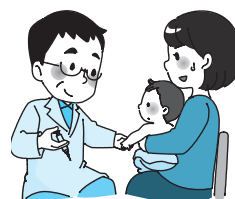
3月1日～7日は



子ども予防接種週間です

4月からの入園・入学に備えて、必要な予防接種をすませ、病気を未然に防ぎましょう。
市では、一覧にある予防接種を全額公費負担で実施しています。予防接種は市の委託した医療機関（市内または県内の協力医療機関）で受けることができます（要予約）。

ただし、接種対象期間を過ぎた場合、有料となります。対象期間内のお子さんで転入などにより、市発行の予防接種予診票を持っていない方は下記にお問い合わせください。



【子どもの定期予防接種一覧】

予防接種の種類		接種回数	対象期間
B 型 肝 炎		3 回	1 歳未満
ヒ ブ		1 ～ 4 回 ※接種開始月 齢に より異なる	生後 2 カ月～ 5 歳未満 (初回接種開始は、生後 2 カ月～ 7 カ月未満 が望ましい)
小児肺炎球菌			
4 種混合 1 期		4 回	生後 3 カ月～ 7 歳 6 カ月未満
B C G		1 回	1 歳未満
水 痘		2 回	1 ～ 3 歳未満
麻しん風しん混合	1 期	1 回	1 ～ 2 歳未満
	2 期	1 回	小学校就学前 1 年間
日本脳炎 ※①	1 期	3 回	生後 6 カ月～ 7 歳 6 カ月未満 (通知は 3 歳の誕生月に発送)
	2 期 ※②	1 回	9 ～ 13 歳未満
2 種混合 2 期		1 回	11 ～ 13 歳未満
子宮頸がん※③		3 回	小学 6 年生～高校 1 年生に相当する女子

※① 平成 11 年 4 月 2 日～平成 19 年 4 月 1 日生まれの方は、1 期、2 期とも 20 歳未満まで接種が可能です。
平成 19 年 4 月 2 日～平成 21 年 10 月 1 日生まれの方は、9 ～ 13 歳未満までの間に、1 期末接種分を接種することができます。

※② 今年度高校 3 年生に相当する年齢の方（平成 13 年 4 月 2 日～平成 14 年 4 月 1 日生まれ）で、2 期末接種の方には平成 31 年 4 月に予診票を通知しています。その他の方で予診票がない場合には、お問い合わせください。

※③ 現在、積極的勧奨（個別通知）を差し控えています。接種を希望する方は母子健康手帳を持参し、下記窓口へお越しください。

問 健康づくり支援課 内 1 9 6

問 生涯学習課

(金川) 内 4 3 2

北茨城シネマクラブ事業終了のお知らせ
平成 21 年度から開始した北茨城シネマクラブは令和元年度をもって終了します。このため令和 2 年以降の会員募集は行いませんのでご了承ください。長年にわたり、ご利用いただきありがとうございました。

(川崎) ☎ 46-11234

北茨城市生涯学習センター

関本町福田 297-1

☎ 319-11722

へ郵送で通知します。

※5月に予定している「まなびすとの集い 2020」で授与式を行います。4月下旬に称号授与該当者へ郵送で通知します。

▽回収方法 平成 31 年度に使用したカードに住所、氏名、年齢を必ず明記し、左記へ郵送または提出してください。2 枚以上の場合はホッチキスなどで留めてください。

▽回収場所 生涯学習センター、市民ふれあいセンター、老人福祉センター「ライト」

▽回収期間 4 月 15 日(水)まで (郵送の場合必着)

▽回収場所 生涯学習センター、市民ふれあいセンター、老人福祉センター「ライト」

市まなびすとアカデミーでは、受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。

市内まなびすとアカデミー受講スタンプの数で生涯学習称号(名人、達人、才人)を授与するために、受講カードを回収します。





子育て家庭を応援します 子育て支援センターのご案内

子育て支援センターは、乳幼児のお子さんとそのお母さん等が気軽に集まる場所です。新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、イベントを中止する場合があります。イベント以外は通常通りご利用いただけますが、咳エチケットや手洗い、アルコール消毒等の感染予防にご協力願います。



【3月、4月の主な予定】 対象：0歳～

	中郷子どもの家	磯原子どもの家	エンゼル	AIAI
開設日時	月曜日～金曜日、日曜日 (祝日除く) 午前9時～午後4時	月曜日～金曜日、日曜日 (祝日除く) 午前9時～午後4時	月曜日～金曜日 (祝日除く) 午前10時～午後3時	月曜日～土曜日 (祝日除く) 午前9時30分～午後4時
イベント日時と内容	■午前10時30分～11時30分	■午前10時30分～11時30分	■午前10時～正午	■午前10時～11時30分
	12日 カレンダー制作	11日 春の制作	10日 身体測定	6日 のり遊び
	13日 身体測定	17日 英語で遊ぼう	12日 イチゴ狩り (要予約・20組限定)	10日 リズム遊び
	17日 身体測定	18日 ハンドトリートメント		13日 スプーン遊び
	16日 寝相アート	23日 果物狩りごっこ	17日 お楽しみ会(要予約)	17日 お別れ会(要予約)
	19日 リトミック	25日 リトミック	19日 カレンダー制作	
	23日 壁面制作	(1部) 0歳～1歳半対象 →10時～11時		
	24日 春のお部屋飾り制作			
	26日 英語であそぼう!	(2部) 1歳半～対象 →11時～正午		
	27日 サンクスパーティー			
	30日 知育あそび			
	31日 みんなでつくろう!			
4月	2日 大型こいのぼり	6日 お誕生日会	7日 身体測定	10日 室内遊び
	3日 こいのぼり制作	10日 こいのぼり制作	16日 こいのぼり制作	14日 風船遊び
	7日 こいのぼり制作		23日 こいのぼり制作	17日 リズム遊び
	※4月から開設日が月曜日～金曜日(祝日除く)に変更となります。			21日 こいのぼり制作
				24日 クレヨン遊び
問い合わせ先	☎42-2183	☎44-6330	☎42-0737 (磯原保育園内)	☎46-5811 (大津保育園内)

健診・相談などのお知らせ

乳幼児健康診査

▽とき

・4カ月児健康診査

3月19日(木)、4月16日(木)

・1歳6カ月児健康診査

3月27日(金)

・2歳児歯科健診

4月2日(木)

・3歳児健康診査

3月13日(金)、4月10日(金)

※受付時間はいずれも

午後0時45分～1時15分

▽ところ

保健センター

育児相談

(5カ月以上の乳幼児、要予約)

▽とき 3月25日(水)

午前9時30分～10時30分

▽ところ 保健センター

申請健康づくり支援課

☎196

移動児童相談

▽とき

3月18日(水)、4月8日(水)

午前10時～午後3時

▽ところ 大津子どもの家

子育て支援課

☎132

茨城子ども救急電話相談

プッシュ回線・携帯電話

☎8000

すべての電話

☎03-5367-2367

(24時間365日対応可)



北茨城市初のJリーガーが誕生!!



関南町出身の和田幹大さんが、2020年シーズンからJリーグのY.S.C.C.横浜（J3リーグ）でプレーすることになりました。本市では初めてのJリーガーの誕生です。和田選手からコメントが届いているので紹介します。



Y.S.C.C. 横浜
MF
背番号 19
和田 幹大 選手

私は2つ上の兄の影響で小学校1年生から平潟SSSでサッカーを習い始めました。初めて練習に参加した日に本当に楽しくて家に帰ってもずっとボールを蹴ったり、リフティングの練習をしていました。今でも覚えているのは習い始めて2日目でリフティングが16回できて本当に嬉しかったことです。

それから学年を重ねていくうちに2、3個上の学年の試合に出させてもらったり、地域トレセン（地域選抜）に参加させてもらいました。県トレセン（県選抜）に参加させてもらった時に鹿島アントラーズのジュニアの選手に圧倒された記憶があり、小学校卒業後は、鹿島アントラーズを倒したいという強い気持ちから、発足2年目だった地元の FOURWINDS FC（フォーウィンズフットボールクラブ）というクラブチームに入ることに決めました。

FOURWINDS に入団し、練習を重ねていくうちにサッカーに対する考え

方やプレースタイル、楽しみ方などこんなに楽しいサッカーがあるんだと教えられました。

高校の進路は、FOURWINDSのサッカースタイルに似ている高校でプレーしたいという思いから、埼玉県昌平高校を選びました。1年生時からトップチームに関わることができ、3年生時には埼玉県大会で優勝し、初の全国高校サッカー選手権に出場することが出来ました。

昨シーズンはJリーグチームのY.S.C.C.横浜のセカンドチームでプレーし、今シーズンは念願のトップチームに昇格することが出来ました！

今でも大好きなサッカーを続けていられるのは一番近くで支えてくれた家族がいるからだと思っています。両親は小学生の時から現在も、会場がどれだけ遠くても試合に来てくれて、応援してもらっています。

まだJリーガーというスタートラインに立っただけなので、J1や海外、日本代表を目指して感謝の気持ちを忘れず、今まで携わってくれた方々に結果で恩返しできるよう魅力あるサッカー選手になっていきたいと思っています。必ず活躍した姿をお見せしますので、応援宜しくお願いします。

【経歴】

平潟SSS→FOURWINDS FC→

昌平高等学校→新潟医療福祉大学

→Y.S.C.C.セカンド→Y.S.C.C.横浜

スポーツ大会の結果

第46回 北茨城市民マラソン大会

1月18日(土) 磯原工業団地付近周回コース

	第1位	第2位	第3位	第4位	第5位	第6位
小学生女子	加倉井 麻優	佐藤 里奈	藤根 まどか	佐藤 青葉	海老澤 奈緒	大高 杏奈
小学生男子	五十嵐 新太	鈴木 奏太	安藤 瑠良	沼田 弦史郎	鬼島 奏	田中 聖也
中学生女子	小川 莉穂	山形 一華	小林 紅葉	長谷川 夕夏	阿部 愛夢	熊澤 未来
中学生男子	鈴木 聖也	草野 日陽	欽 怜真	杉元 未来	秦野 拓登	鈴木 真都
一般男子	萩島 慎一	川橋 真広	庄司 拓馬	-	-	-
壮年男子	川松 正史	高橋 孝広	-	-	-	-
一般女子	川橋 裕子					

※小中学生は6位まで、一般・壮年男子は3位までが入賞

問 生涯学習課 スポーツ振興係（古内）内 4 2 2

北茨城市B&G海洋センターが 特A評価を受けました

1月21日、東京都港区の笹川記念会館で開催された「第12回B&G全国サミット」で、北茨城市B&G海洋センターは、最も優良と認められた「特A評価」を7年続けて受賞しました。

※全国470カ所の海洋センターは、毎年、利用人数や実施事業数などの項目により特A～Eの6段階で評価されています。

問 生涯学習課 スポーツ振興係

（古内）内 4 2 2



北茨城市民病院附属 家庭医療センターの診療体制

【受付時間】 午前／8時30分から11時30分まで 午後／1時30分から4時まで

【診療科】内科、小児科、※心療内科(※予約制) 【休診日】土曜、日曜、祝日、年末年始

●外来・訪問診療のご案内 ※学会等で休診、変更となる場合があります。

令和2年3月1日現在

診療科		月	火	水	木	金
外来	午前	高橋	高橋	吉本	梶川(第1・3・5) 高橋(第2・4)	※高橋／横谷／吉本
		横谷	横谷	大澤(亮)	大澤(亮)	大澤(亮)
		—	大澤(亮)	梶川(第5)	飲酒量低減外来(吉本)	梶川(第2・4)
	午後	高橋	横谷	高橋	高橋	※高橋／横谷／吉本／大澤(亮)
		大澤(亮)	梶川	横谷(第1・3・5) 吉本(第2・4)	梶川	—
		—	—	梶川(第5)	吉本(第1・3・5) 大澤(亮)(第2・4)	—
訪問	午前	○	○	○	○	△(週によって異なります)
	午後	○	○	○	○	—

※交代制

◎1カ月の診療体制表は受付に準備していますので、お気軽にお声掛けください。

問 家庭医療センター ☎ 43-1131

紙上クリニック

飲酒について

内科 宮本 卓

今回は皆さんにとっても身近な飲酒に関してのお話です。

日本人は古くからお酒を人生の潤いとしてきましたが、「酒は百薬の長」と評される一方で、歴史を紐解いても過剰な飲酒に対する戒めは枚挙に暇がありません。

アルコール依存症の患者は国内で400万人以上とも言われており、日本人の3大死因「がん」「心疾患」「脳血管疾患」の原因の一つが飲酒であるとされています。

適度な飲酒が心血管死を減らすとの海外の研究結果から、これまで1日にビール中瓶1本程度のアルコール量を適量とする飲酒は健康に良いとされてきました。しかし、その後の数多くの研究から知見が蓄積され、最近では「飲酒を全くしない方が健康に良い」という認識が主流となり、定説は覆っています。

「酒は飲んでも飲まれるな」と言いますが、過剰な飲酒は生活の質を落とし、容易に人に道を誤らせます。特に茨城県は飲酒による死亡事故が

全国で常に上位であり、飲酒運転には格段の注意が必要です。

過剰な飲酒習慣がある方は、当院附属家庭医療センターで吉本尚先生が飲酒量低減外来を行っておりますのでご相談ください。およそ1年前から行っており、現在までに50人ほどの方が相談にいらっしゃっています。

飲酒は出来れば控えることが望ましく、どうしても飲む際には1日にビール中瓶1本程度を上限とするように、上手に付き合ひましょう。

これから春先にかけて少しずつ暖かくなり、お花見のシーズンが到来します。

皆さん、過剰な飲酒にはくれぐれも気をつけてお過ごしください。



【再来受付時間】午前：8時から11時まで 初診は8時30分から11時まで
（午後：受付時間は各診療科の下に記載）
【休診日】第2・第4土曜日、日曜、祝日

当院へ受診変更希望、他院からのご紹介の場合は診療情報提供書を持参してください。

●各科からのお知らせ

小児科 （救急）	県北地区小児救急は、日立総合病院（☎ 0294-23-1111）に集約されています。 救急受診の際は日立総合病院に電話連絡が必要です。
整形外科	月～金曜日は東京慈恵会医科大学附属病院の医師による診療です。
循環器内科	第1・3金曜日は茨城県立中央病院の医師による診療です。
呼吸器科	第2金曜日は茨城県立中央病院の医師による診療です。
外科	火・水曜日は手術日の為、診察までお待ちいただく場合があります。
歯科口腔外科	紹介状をお持ちの方優先です。混雑状況によっては受診できない場合がありますので、事前にご確認ください。毎週木曜日は手術日です。

●外来担当医のご案内 ※ （網かけ）は再診予約です。

診療科		月	火	水	木	金	土（第1,3,5）	入院
内科 午後は予約のみ	午前	初診 五十野（博） 山本 大澤（さ）（1・3・5） 大久保（2・4）	五十野（桃） 若木	植田（1・4） 植草（2・3） 五十野（桃） （1・2・4・5） 宮本（2・3・5）	植草・石橋	植草・大久保	当番制	○
	午後	予約 植草・藤枝 五十野（桃）	藤枝・山本 大澤（さ）	藤枝・横谷 植草（1・4）	大久保・若木	藤枝・石橋 五十野（桃）	石橋	
	午後	予約 植草・藤枝	宮本	植草（第5除く） 藤枝	植草・大久保・若木	藤枝・五十野（博） 宮本	*	
循環器内科 予約のみ	午前	山尾	山尾	*	山尾	非常勤（第3）	山尾・油井	○
	午後	山尾	*	油井 14:00～16:00	山尾	非常勤（第1）	*	
	禁煙外来	*	*	*	*	*	油井	
	動脈硬化外来 14:00～16:00	*	*	油井	*	*	*	
呼吸器科 予約のみ	午前	*	*	*	*	非常勤（第2）	*	*
	SAS（睡眠時無呼吸）外来	*	*	*	*	*	大久保	
外科 診察開始時間は 医師名下段に記載 午後は予約のみ	午前	担当医 10:00～	非常勤 9:30～ 【手術日】	田口 山崎（2・4） 10:00～ 小池（敏） 9:00～【手術日】	山崎 10:00～ 田淵 9:00～ 小出 10:30～	田口 10:00～ 窪木 （第3） 9:30～ 小出 （2・4・5） 10:30～	担当医 10:00～	○
	午後	小出	手術日	褥瘡外来 （2・4）	小出 宇佐美 （1・3・5）	玉村	*	
	乳腺外来 13:30～15:00	*	非常勤（第4）	長塚（1・3）	*	*	*	
産婦人科 13:00～16:00	午前	小池（数）	小池（数）	小池（数）	小池（数）	井上	小池（数）	○ 婦人科のみ
	午後	*	小池（数）	*	*	*	*	
眼科 13:00～16:00	午前	*	*	*	*	今留	*	*
	午後	*	*	*	*	今留	*	
小児科 午後は予約のみ	午前	小宅	平木（1・3・5） 小宅（2・4）	平木	小宅	平木	*	*
	健診・注射	予防注射 小宅（午後）	*	乳児健診 平木（午後）	予約外来 小宅（午後）	予約外来 平木（午後）	*	
	専門外来	*	*	神経外来 浜野	*	心臓外来 堀米（第4午後）	*	
泌尿器科 13:00～15:00	午前	*	*	黒田	*	*	*	*
	午後	*	*	黒田	*	*	*	
脳神経外科 13:00～14:30 第4木曜日のみ 13:00～14:00	午前	*	杉山（1・3）	遠藤（1・3）	楠（2・4）	金子	*	*
	午後	*	*	*	楠（2・4）	金子	*	
	しびれ外来 9:00～11:00	*	*	遠藤（1・3）	*	*	*	
整形外科 診察開始時間は 医師名下段に記載 13:00～15:00	午前	山口 9:30～	塩飽 9:30～	稲垣 9:30～	木原 9:30～	井ノ上 9:30～	*	*
	午後	山口	塩飽	稲垣	木原	井ノ上	*	
耳鼻いんこう科 13:00～14:30	午前	*	大澤	*	宮本	小海	非常勤	*
	午後	*	大澤	*	宮本	小海	*	
皮膚科 13:00～16:00	午前	倉持	*	*	倉持	*	*	*
	午後	倉持	*	*	*	*	*	
歯科口腔外科 13:00～16:00 診察開始は 13:30～	午前	大森	寺田	寺田	手術日	寺田・内田	寺田	○
	午後	大森	寺田 （萩原）	寺田		寺田・内田	*	

面会制限の
お願い

インフルエンザの流行および国内の新型コロナウイルス感染症が確認されています。

面会については、当面の間『ご家族用面会許可証』をお持ちの成人の方のみとさせていただきます。

皆様のご理解とご協力をお願いします。



フォトニュース

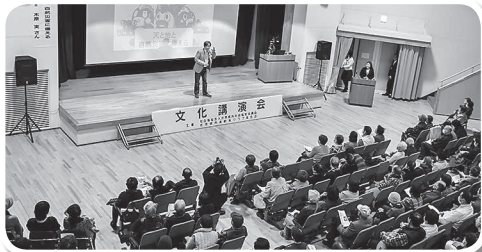
北茨城市役所 ☎43-1111

1月
26日

「あんこう!最高!」 今年も大盛況 あんこう鍋の祭典

市漁業歴史資料館よう・そろーで全国各地のあんこう鍋が集結する食の祭典、「第6回全国あんこうサミット」が開催されました。

会場には、青森県から熊本県まで9県から集まった19種類のあんこう鍋のほか、あんこうを使った創作料理、新鮮な野菜や魚介類の販売ブース、様々な飲食ブースなど、43団体のブースが立ち並び、4万5千人の来場者の胃袋と心を満たしました。

2月
2日

「天と地と」自然災害に備える

日本テレビ「news every.」などでおなじみのお天気キャスター木原実さんが来市し、市民ふれあいセンターで文化講演会が行われました。

木原さんは防災士としても活動しており、今回はその経験や実例を交えながら、地震や水害発生の仕組みと発生時の対応、役立つ防災グッズの使い方等を詳しく解説されていました。

クイズや映像も使われた分かりやすい講演に、参加した皆さんは興味深く防災意識を深めることができました。

地震防災の心得は…

- ① 死なない (地盤や家屋の確認)
- ② 怪我しない (家具や器物に注意)
- ③ 困らない (平時に備蓄の確認と避難訓練)

2月
3日

福は内! 鬼は外! 節分豆まき会

節分の日に合わせ、子育て支援センター中郷子どもの家で「豆まき会」が行われました。

参加した子どもたちは保護者と一緒に紙芝居で節分の話を聞き、鬼が嫌がるというイワシの臭いを体験。豆まきでは登場した鬼に怖がって泣き出す子も見られましたが、中にはお母さんたちの応援を受け、果敢に立ち向かう姿も。

鬼と戦って少したくましくなった背中に、病気や厄災のない一年を祈ります。



諸説ありますが、恵方巻の
ニンジン(赤鬼)、
キュウリ(青鬼)を
意味するそうです。





私の
提案

皆さんの声にこたえます

市政に関する意見や提案をお寄せください

住みよいまちをつくるためには、皆さんの意見や提案を聴き、市政に反映させる事が大切と考えます。市では市政の運営に活用する提案制度「私の提案」で、皆さんからの貴重な意見や要望をお受けしています。（送料無料）

問まちづくり協働課 広報広聴係（鈴木） ☎ 193

料金受取人払郵便



差出有効期間
2022年3月
31日まで

（切手を貼らずに
お出しください。）

3 1 7 - 8 7 9 0

北茨城市長 豊田 稔 行

北茨城市磯原町磯原一六三〇番地

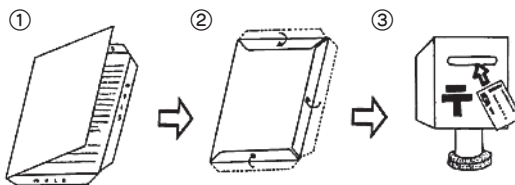


あなたの声を市政に



- 北茨城市では、より多くの皆さんの意見をお聴きして市政に反映させたいと考えています。あなたの市政への意見や提案をお寄せください。
- まず、意見や提案などをこの用紙の裏面に記入ください。そして、切り取り線に沿って紙面から切り、封筒をつくって切手を貼らずにお近くのポストに投函してください。

封筒のつくり方



① 切り取り線に沿って紙面から切り取り、この面が外側になるように中央を折ってください。

② あて先を下にして、のりしろを図のように貼り合わせます。

③ 切手を貼らずそのままお近くのポストへ投函してください。

あなたの
声を
市政に
私の提案

「私の提案」では、この手紙のほか、ファックスやホームページ上でも皆さんからの意見、提案を随時受け付けています。いただいた提案に対し回答しますので、必ず住所、氏名、電話番号を記載してください。
(提案は個人情報を保護のうえ、広報紙等で紹介される事があります。)

FAX 30-1350

切り取り線に沿って切り取り、切手を貼らずにそのままポストへ投函してください。

私の提案

まちづくりの主人公は、市民の皆さんです。
市政に関する自由な意見をお書きください。

の り し ろ

※住所、氏名、電話番号をご記入のうえお送りください。

あなたの 〒319-
ご住所 北茨城市

お名前

電話番号

の り し ろ

ワイロア地区のCEOが 北茨城市を訪問

本市の国際親善友好都市、ニュージーランド国ワイロア地区のCEO（最高経営責任者・副市長相当）ステイーブン・メイ氏が本市を訪れました。

メイ氏は、本市に滞在した2月12日から16日の5日間に市長表敬訪問や市内の公共施設、震災復興関係、文化・芸術関連施設の行政視察や北茨城市国際交流協会との交流を行いました。

特に、上下水道施設やごみ処理関係の施設については深い関心を寄せていました。



問 まちづくり協働課 協働推進係

(大山) 内 191

自殺防止つながる「わ・ささえる」 茨城いのちの絆キャンペーン 実施中！

県内の1年間の自殺者数は約400人を超える深刻な状況です。このため、茨城県は「つながる「わ・ささえる」茨城いのちの絆キャンペーン」を掲げ、相談支援体制の強化、人材養成、普及啓発を柱とした自殺対策を推進しています。

つらいこと、苦しいことはひとりで抱え込まず、悩みを相談しましょう。あなたには相談できる人がいます。

▽茨城いのちの電話

《水戸》

☎ 029-1350-1000

《フリーダイヤル》 (毎日24時間)

☎ 0120-1783-556

《毎月10日午前8時～翌日午前8時》

▽いばらきいのちのホットライン

《平日》

☎ 029-1244-0556

《午前9時～正午、午後1時～4時》

※祝日・年末年始休

《土日フリーダイヤル》

☎ 0120-1236-556

《午前9時～正午、午後1時～4時》

※年末年始休

問 社会福祉課 障がい地域福祉係

(高橋) 内 137

放射能測定結果

非破壊放射能検査

市内で生産され市場に流通する水産物、農産物の非破壊放射能検査を行っています。
(個人消費の水産物、農産物は検査対象になりません)

◆1月24日～2月21日の検査結果

項目	検査件数	検査結果 基準値超過	測定品目
水産物	15	0	アイナメ、イセエビ、イナダ、カエリ、カナガシラ、サワラ、ヒラメ、マトウダイ、ムシガレイ

※一般食品（水産物）の放射性物質の基準値は100Bq/Kgです。

※検査結果の詳細は市のホームページで公表しています。

問 農林水産課 水産振興係（村山）内 382

農産物等の放射性物質濃度測定

◆1月18日～2月17日の測定結果 (放射能対策プラザにて測定)

項目	測定 件数	検出件数		測定品目
		基準値以内	基準値超過	
きのこ類	1	0	1	椎茸
肉、卵類	7	5	1	猪肉、猪肉、猪肉

※測定を実施した品目について、基準値以内で検出された品目は「猪肉」です。

基準値を超過した品目は、「椎茸」、「猪肉」です。

※基準値超過は、飲料水は10ベクレル/kg、それ以外は100ベクレル/kgを超えた件数です。

問 生活環境課 環境政策係（佐藤）内 373

放射能対策プラザ ☎ 42-0403

市内の放射線量の測定

都市公園（地上50cm）

測定場所	測定値 12月6日、13日
汐見ヶ丘公園	0.07
栗一公園	0.08
磯中央公園	0.07
五第二公園	0.06
浜中央公園	0.06

※環境省の定める除染を実施する要件は、平均0.23マイクロシーベルト/毎時以上です。

問 都市計画課
内 283

◆常設型モニタリングポスト

（設置場所：市役所玄関わき）

1月23日～2月21日の測定値

・最大値 0.083（2月18日）

・最小値 0.064（1月29日）

◆水道水の測定値

浄水、原水とも放射性物質は検出されていません。

◆放射線量測定器の貸し出しと

食品の放射線検査について

放射能プラザ（中郷多目的集会所内）で受け付けています。

※測定値の単位は、すべてマイクロシーベルト/毎時です。



※市外の方の永代使用料は、10%増しになります。
※現在、墓地の経営は地方公

墓所の種類		永代 供養料	管理料 (3年分)
自由墓所	第1種 (9㎡)	50万円	2万8280円
	第2種 (5㎡)	30万円	1万5710円
規格墓所	第3種 (5㎡)		

▼案内 市営墓地泉沢霊園
現地説明会
どなたでも希望の区画をお求めになれます。ご来園をお待ちしています。
▼とき 3月20日(金)祝
午前9時～午後3時
▼ところ いずみさわ会館ホール
▼墓所の使用料と管理料

「十石堀」は昨年9月、世界かんがい施設遺産に本県で初めて登録されました。そこで先人の英知と努力を広く市内外の皆さんに発信するため、

案内 世界かんがい施設遺産登録「十石堀」紹介コーナーを設置

▼とき 3月31日(火)までに電話かFAXで、住所、氏名、年齢、電話番号を左記へ
▼申込方法 3月31日(火)までに電話かFAXで、住所、氏名、年齢、電話番号を左記へ
▼募集人数 40人(抽選)
▼対象者 中学生以下は保護者同伴
▼集合場所 十石堀親水公園
▼とき 午前9時～午後1時30分
▼ところ いずみさわ会館ホール

世界遺産を歩いてみませんか。昨年、世界かんがい施設遺産に登録された十石堀。親水公園を中心に、その上流と下流を歩きます。(無料)
▼とき 4月12日(日)
午前9時～午後1時30分
▼集合場所 十石堀親水公園
▼対象者 小学生以上
▼募集人数 40人(抽選)
▼申込方法 3月31日(火)までに電話かFAXで、住所、氏名、年齢、電話番号を左記へ
▼申込方法 3月31日(火)までに電話かFAXで、住所、氏名、年齢、電話番号を左記へ

募集 第1回ふるさと自然塾「春の十石堀、桜ウォーク」

共同が行うべきものとされ、個人墓地、共同墓地の新設、増設は厳しく制限されています。
▼生活環境課 環境保全係 (茂木) 内375

①市職員随行による参加
5人程度 1泊2日(5月16日～17日) 応募多数の場合は選考、抽選
※宿泊費等自己負担

募集内容

▼とき 5月17日(日)
▼ところ 中野小学校グラウンド(長野県中野市)
※大会の詳細は「第31回カチューシャふるさとマラソン大会」で検索、または下記へお問い合わせください。
※大会参加費は免除されます。

募集 中野市姉妹都市交流「第31回カチューシャふるさとマラソン大会」参加者
本市の姉妹都市、長野県中野市で開催される「第31回カチューシャふるさとマラソン大会」の参加者を募集します。
▼とき 5月17日(日)
▼ところ 中野小学校グラウンド(長野県中野市)
※大会の詳細は「第31回カチューシャふるさとマラソン大会」で検索、または下記へお問い合わせください。
※大会参加費は免除されます。

県天心記念五浦美術館、県政策企画部県北振興局、本市の共催で、紹介コーナーを設置しました。ぜひご覧ください。
▼期間 3月31日(火)まで
午前9時30分～午後5時
※入場は午後4時30分まで
※月曜日休館(祝日・振替休日の場合は翌日休館)
▼ところ 県天心記念五浦美術館 展望ギャラリー2
▼観覧料 無料
▼申込方法 生涯学習課 生涯学習係 (武子、早川) 内433

※受講料、申込方法は左記へ
▼資格種別 第四級アマチュア無線技士
▼募集人数 先着30人
▼ところ ホリゾンかみね(日立市)
▼とき 4月25日(土)および26日(日)

案内 アマチュア無線資格講習会

▼とき 4月25日(土)および26日(日)
▼ところ ホリゾンかみね(日立市)
▼募集人数 先着30人
▼資格種別 第四級アマチュア無線技士
※受講料、申込方法は左記へ
▼申込方法 一般財団法人日本アマチュア無線振興協会(事務代行:日立パーソナル) 0294-22-9577

募集 中野市姉妹都市交流「第31回カチューシャふるさとマラソン大会」参加者
本市の姉妹都市、長野県中野市で開催される「第31回カチューシャふるさとマラソン大会」の参加者を募集します。
▼とき 5月17日(日)
▼ところ 中野小学校グラウンド(長野県中野市)
※大会の詳細は「第31回カチューシャふるさとマラソン大会」で検索、または下記へお問い合わせください。
※大会参加費は免除されます。

②各自での参加
※大会会場への移動、宿泊等は各自負担
▼応募資格 市内在住の方または市内に通勤、通学している方
▼申込方法 4月10日(金)までに申込書を左記へ提出
※申込書は左記か市ホームページで取得してください。
▼申込方法 4月10日(金)までに申込書を左記へ提出
※申込書は左記か市ホームページで取得してください。
▼申込方法 4月10日(金)までに申込書を左記へ提出
※申込書は左記か市ホームページで取得してください。

自衛官等募集のお知らせ							
種目	応募資格		受付期間	試験期日	種目	応募資格	受付期間
一般	大卒	22歳以上26歳未満(修士課程修了者等は28歳未満)の者	5月1日(金)まで	1次: 5月9日(土)、10日(日) 2次: 6月9日(火)～12日(金) 3次【飛行要員のみのみ】 海: 7月6日(月)～10日(金) 空: 7月11日(土)～30日(木)	一般曹候補生	18歳以上33歳未満の者	5月15日(金)まで
	院卒	修士課程修了者等で20歳以上28歳未満の者		1次: 5月9日(土) 2次: 6月9日(火)～12日(金)	自衛官候補生	18歳以上33歳未満の者	随時受付
	専門の大卒で20歳以上30歳未満の者				予備自衛官補	18歳以上34歳未満の者	4月10日(金)まで
歯科	専門の大卒で20歳以上28歳未満の者				一般	18歳以上34歳未満の者	
薬剤科	専門の大卒で20歳以上28歳未満の者				技能	18歳以上で国家資格免許等を有する者(資格により年齢上限は、53歳未満～55歳未満)	4月18日(土)～22日(火)(いずれかの1日)

申込 自衛隊茨城地方協力本部日立出張所 ☎・FAX 0294-21-1524



診療時間 午前9時～午後5時		
3/8 北茨城クリニック ☎ 46-5101 (大津町)	3/22 大津町クリニック ☎ 30-2200 (大津町)	4/12 なかの循環器科内科クリニック ☎ 30-1002 (中郷町)
3/15 市民病院 ☎ 46-1121 (関南町)	3/29 あおぞらクリニック ☎ 30-7770 (中郷町)	4/19 市民病院 ☎ 46-1121 (関南町)
3/20 北茨城中央クリニック ☎ 30-1600 (磯原町)	4/5 市民病院 ☎ 46-1121 (関南町)	4/26 荒川内科医院 ☎ 43-2288 (磯原町)

茨城子ども救急電話相談

プッシュ回線・携帯電話 ☎ #8000
すべての電話 ☎ 03-5367-2367

24時間
365日
対応可

茨城おとな救急電話相談

プッシュ回線・携帯電話 ☎ #7119
すべての電話 ☎ 03-5367-2365

3月 : 市立図書館
- March -
新刊図書

- 空貝 赤神 諒
- 狐火の辻 竹本 健治
- 幼な子の聖戦 木村 友祐
- 猫君 畠中 恵
- 歌舞伎座の怪紳士 近藤 史恵
- グレーテルの白い小鳥 斎藤 洋

市立図書館 ☎ 42-1451

3月 - 4月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	4/1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11

□ は休館日です。

☆図書館おはなし会☆

3月11日(水)、18日(水)
4月1日(水)、8日(水)
午前10時～10時30分

☆メリアンさんの英語のおはなし会☆

3月28日(土) 午前10時～10時30分
☆エブロンシアター☆
3月14日(土) 午前10時～10時30分

☆ぼっぼのおはなし会☆

3月25日(水) 午前10時～11時
※いずれも参加自由・無料です。

今月の
納税

今月が納期限となる税金はありません。

各種相談など

■元気ステーション総合相談窓口

平日 午前9時～午後7時
元気ステーション出張相談
(生涯学習センター)
※3月は休み

問 元気ステーション ☎44-7111

■いばらき就職支援センター出張相談

3月17日(火) 午前10時～午後3時
市役所4階401会議室

問 商工観光課 内 362

■心配ごと相談

[地域福祉交流センター]

3月19日(水)、4月2日(水)、16日(木)

[大津町公民館] 3月12日(水)、26日(木)、4月9日(木)

どちらも午後1時～4時

問 社会福祉協議会 ☎42-0782

■精神保健相談 (要予約)

3月18日(水)、4月8日(水)

問 健康づくり支援課 内 196



★無料相談★	法律相談	行政書士相談	人権相談
と き	4月10日(金) 午後1時～5時	4月8日(水) 午後1時～5時	4月24日(金) 午後1時～3時
と こ ろ	いずれも市役所4階会議室		
電話予約開始日	4月3日(金)	4月1日(水)	
申 込 方 法	指定の電話予約開始日の午前8時30分～9時10分までは 予約専用電話43-2324へ。以降は下記へお申し込みください。 ※相談時間の指定はできませんのでご了承ください。		事前予約不要 当日、直接会場へお越しください。
備 考	弁護士による相談 (相談時間20分)	行政書士による相談 (相談時間40分)	人権擁護委員による相談
内 容	土地の問題や金銭貸借、離婚、相続	相続や遺言、各種行政手続き	いじめ、差別、嫌がらせ

申問 まちづくり協働課 広報広聴係 (鈴木) 内 193

うちのアイドル!



**関本町
杉岡さん家**

れい き
怜紀くん
4ヵ月

いつも元気いっぱい怜紀くん。
最近笑顔をおぼえてニコニコする日々が増えて、
家族で癒されてます。
これからも、笑顔で元気に育ってね♡

父: 紀彦さん / 母: 幸子さん



**磯原町
藤原さん家**

ふう た
颯太くん
11ヵ月

いつも元気な颯太君。
颯太の笑顔にみんな元気をもらっています。
これからも元気いっぱい! 笑顔いっぱい! 大きくなってね♡
産まれて来てくれて、ありがとう(^^)/♡

父: 篤史さん / 母: 香緒里さん

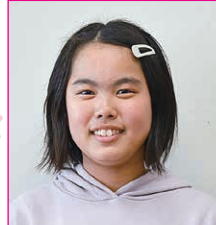
わたしの夢パレット

**学校の先生に
なりたい**

わたしには将来の夢があります。それは、学校の先生になることです。

わたしは人の助けや支えになりたい、人の役に立ちたいと思って学校の先生を選びました。でも、学校の先生はとても大変な仕事で忙しくて休みも少なくハードな仕事です。子ども達に寄りそって問題を解決してくれたり、楽しく話をしてくれたり、ときには厳しく指導してくれたり、わたしたちにとってかけがえのない存在です。わたしは今までいろいろな先生にさまざまな指導をしてもらい、相談ののってもらったりしました。また、このようなことは、この先も多くあると思います。なので、そのわたしも多くの人の力になりたいと思いました。

また、わたしには三年間担任



明德小学校 6年
小室 柚稀さん

任してもらった先生がいま
す。三年生、五年生、六年生
と担任してもらいました。わ
たしは、この先生に出会って、
学校の先生になりたいと思う
ようになりました。一、二年
生のころは将来ケーキ屋さん
になりたいと思っていました
が、三年生でこの先生に出会
い、わたしもこの先生のように
優しく、みんなに寄り
そってあげられるような先生
になりたいと思いました。

わたしは、学校の先生にな
るために、これからもたくさ
ん勉強して、運動もして、さ
まざまな知識を身につけ、努
力を積み重ねていき、学校の
先生になれるよう頑張りたい
です。



表紙解説

春の訪れを告げる 「北茨城ひなあかり」

2月15日から3月3日まで
第13回北茨城ひなあかりが
開催され、市内各地の28会場と
18の公共施設で特別展示が行
われました。

各会場での趣向を凝らした
おもてなしや、昨年から開始
したスタンプリーも好評
で、いくつもの会場を巡る方
が多くみられました。




市の人口と世帯

令和2年2月1日現在 ()は前月比

総人口… 41,958人 (- 31)	出生… 22人 (+8)
男… 20,843人 (- 14)	死亡… 77人 (+16)
女… 21,115人 (- 17)	転入… 79人 (+31)
世帯数… 16,884世帯 (±0)	転出… 55人 (-8)

市政に関する提言は…市長へのFAX ☎ **30-1350**
防災行政無線確認電話番号 ☎ **43-3110**

緊急情報メール 配信登録



きたいばナビ




Android iOS

北茨城市 ホームページ



北茨城市公式HP