



お父さん ちゃんと抑えていてね ～親子木工教室～

～CONTENTS～

- 秋の叙勲受章者②
- 市役所の年末年始休日③
- 新型コロナウイルス感染症関連情報④
- 自宅でできる確定申告⑤
- 障害者福祉制度⑥⑦
- お知らせ掲示板⑫
- 休日の当番医⑬

秋の叙勲

令和3年

政府から11月3日付けで令和3年秋の叙勲受章者が発令されました。
叙勲は、長年にわたり様々な分野で社会に貢献された方に贈られるものです。
本市では次の皆さんが受賞されました。
晴れの受章、おめでとうございます。

根本 順一さん(平潟町)



瑞宝双光章

根本さんは、昭和42年に茨城県警察に入署し、平成21年に警部として退職されるまで、42年の長きにわたり警察職務に精励されました。この間、主に刑事警察部門において勤務し、数多くの容疑者を検挙するなど事件解決を図るとともに、後進に対する指導教養に情熱を傾け、公共の安全と秩序の維持に多大な貢献をされました。在任当時を「熱心に指導していただいた先輩方と家族の献身的なサポートに対する感謝を忘れず職務に臨んだ」と振り返ります。受章に当たり「長い苦勞が報われ、素直にうれしい」とおっしゃっていました。

横場 登志夫さん(中郷町)



瑞宝单光章

横場さんは、昭和43年に茨城県警察に入署し、平成12年に警部として退職されるまで、32年の長きにわたり警察職務に精励されました。この間、主に刑事警察部門において勤務し、数多くの容疑者を検挙するなど事件解決を図るとともに、後進に対する指導教養に情熱を傾け、公共の安全と秩序の維持に多大な貢献をされました。在任当時を「激務であったが、自分に厳しく一生懸命捜査に取り組んだ」と振り返ります。受章に当たり「職務を全うできたのは、同僚や部下、そして、家族の支えがあったから」と感謝されていらっしゃいました。

志賀 恵美子さん(関本町)



瑞宝单光章

志賀さんは、昭和56年に社会福祉法人慶陽会磯原保育園に保育士として入職して以来、保育職務に精励されています。昭和62年から主任保育士として、後進に対する指導教養に尽力されるほか、保育園児と高齢者が共に笑顔になる世代を超えた交流にも取り組まれ、地域共生社会の推進にも貢献されています。これまでを「卒園者が顔を見せてくれることが大変うれしく励みになっている」「未来ある子どもたちの成長に立ち会える喜びと責任の重さを感じながら続けてきた」と振り返ります。受章に当たり「大変恐縮している」とおっしゃり、保育の最前線で現在もご活躍中です。

市役所の年末年始休日は12月29日(水)～1月3日(月)です

年末年始の市役所等の業務は以下のとおりです。なお、死亡届や火葬埋葬許可証の申請等は、日直の職員が受け付けますので、市役所東側通用口から入って職員に申し出てください。

施設名	休業日	電話番号	施設名	休業日	電話番号
市民サービスセンター	12/29～1/3	30-7711 (南部)	漁業歴史資料館 よう・そろー	12/30～1/2	46-8600
		30-2100 (北部)	清掃センター	12/29～1/3	46-5619
市民ふれあいセンター	12/28～1/4	42-2644	※12/28(火)は、通常どおり収集します。 ※12/29(水)は、市内全域のもやせるごみの特別収集を行います。また、清掃センターへのごみの持ち込みはできません。 ※1/4(火)は、通常どおり収集します。		
市立図書館	12/27～1/3	42-1451			
葬祭場	1/1～1/3	42-1293			
やすらぎ聖苑	1/1～1/3	44-0500	環境センター (し尿、浄化槽)	12/29～1/3	42-0438
いずみさわ会館	1/1～1/3 ※墓参り可	46-1700	※年末のし尿汲み取り・浄化槽清掃は早めに業者へ		
マウントあかね	年中無休	30-0606	非破壊放射能検査施設	12/29～1/3	46-3151
ガラス工房シリカ	12/29～12/31	42-3550	歴史民俗資料館(雨情記念館)	12/29～1/1	43-4160
※1/1は初日の出時刻のみ営業(午前6時～10時)			生涯学習センター	12/29～1/3	46-1234
市巡回バスは12月29日(水)から1月3日(月)まで運休です。			中郷温泉通りゃんせ	12/31～1/2	44-0026

各種証明書のコンビニ交付サービス運用停止について

マイナンバーカード(個人番号カード)を利用して、各種証明書が全国のコンビニエンスストア等で交付できますが、12月29日(水)から令和4年1月3日(月)までの年末年始期間は、証明書発行システムが運用停止のため、各種証明書が取得できません。

なお、年末は12月28日(火)午後11時まで、年始は令和4年1月4日(火)午前6時30分からご利用可能です。

問 市民課 市民係(大友) 内 172



▲収穫されたトマト



▲収穫作業



▲順調に成長したトマト



黒いダイヤから赤いダイヤへ

中郷町石岡の炭鉱住宅跡地に巨大な農業ハウスがあります。このハウスで高糖度のミニトマトを栽培しているのが株式会社北茨城ファームです。同社は、スパリゾートハワイアンズを運営する常磐興産株式会社から、黒いダイヤ(炭鉱Ⅱ石炭)から赤いダイヤ(農業Ⅱトマト)へのステップアップを目指して、平成31年4月に設立した農業部門の子会社です。

今年8月、国の補助事業を活用した大規模な高糖度ミニトマト養液栽培施設(栽培面積1.8ヘクタール)が完成し、現在、収穫の最盛期を迎えています。栽培方法は、培地に化石化した天然のサンゴ砂を使用する「サンゴ砂礫農法」で、コンピュータ制御の栽培管理システムにより安全で高糖度、高品質のミニトマトを生産しています。



新型コロナウイルス感染症関連情報

■新型コロナワクチン接種について

ワクチン接種（1回目・2回目）をご希望の方は、お早めに下記のコールセンターへご連絡ください。

■感染の再拡大を防ぐために、基本的な感染症対策の徹底をお願いします。

ワクチン接種後も新型コロナウイルスに感染する場合があります。引き続き感染症対策の継続をお願いします。

■基本的な感染症対策について

- ・マスクは鼻やあごまでしっかりカバーし、正しく着用しましょう。
- ・ウイルスは手を介して、目や鼻、口から体内に侵入するので、ドアノブなどの共用物に触った後や食事の前、帰宅時などは必ず手洗いや消毒、うがいをしましょう。
- ・3密（密閉、密集、密接）を避け、社会的距離（なるべく2m以上）を確保しましょう。
- ・家族や周囲の方への二次感染を防ぐため、少しでも症状がある場合はすぐに医療機関を受診しましょう。

■会食時の感染症対策について

- ・会食は、少人数、短時間で開催し、体調に異常がある場合には参加を控えましょう。
- ・大声や回し飲み、箸の共用は避け、会話をするときにはマスクを着用しましょう。

■秋冬の冷え込む時期の換気について

空気が乾燥するとウイルスが活性化するため、適度な湿度を保ちながら、30分に1回程度、窓やドアを2カ所以上開けて空気を入れ換えましょう（換気扇などの併用も効果的です）。

※暖房器具近くの窓を開けると、入ってくる冷気が暖められ、室温の低下を防ぐことができます。

■他都道府県との往来時の感染症対策について

他都道府県との往来は、地域の感染状況を踏まえて、往来する場合は基本的な感染症対策を徹底しましょう。

■新型コロナウイルスワクチンの追加接種（3回目接種）について

新型コロナウイルスワクチンの追加接種（3回目接種）の実施について、国から方針が示されました。本市においても、国からの方針に基づき、接種に向けた準備を進めています。今後のスケジュール等は詳細が決まり次第、広報紙やホームページでお知らせします。

☎ 北茨城市新型コロナワクチンコールセンター ☎ 44-6770

（月曜日から金曜日の午前8時30分から午後5時15分まで）



もっと身近に もっと便利に



マイナンバーカードを使って自宅からスマホで確定申告

確定申告は、ご自宅からのマイナンバーカードを利用した e-Tax・スマホ申告が便利です。

マイナンバーカードとスマホ（マイナンバーカード読取対応）があれば、確定申告会場に出向くことなく、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用して確定申告を行うことができますので、ぜひご利用ください。

【メリットいっぱい！マイナンバーカード方式】

- ・マイナンバーカードとスマホがあれば、自宅から 24 時間いつでも申告できます。
- ・画面の案内に沿って入力すれば、自動計算されます。
- ・過去の申告データを利用して自動入力できます。
- ・還付申告の場合、e-Taxなら早期還付されます。
- ・相談はチャットボットや電話でもできます。
- ・スマホのカメラで給与所得の源泉徴収票が自動入力されます。
- ・マイナポータル連携により、一部の所得控除等が自動入力されます。

《動画で見る確定申告》

《確定申告書等作成コーナー》

《マイナポータル連携》



動画で見る確定申告



確定申告



マイナポータル



確定申告会場への入場には「入場整理券」が必要です

確定申告会場で申告相談を行う場合の入場には、「入場整理券」が必要です。原則、確定申告会場での当日配付となりますが、国税庁LINE公式アカウントから事前に取得することもできますので、ぜひご利用ください。

※入場整理券に表示された入場時間はあくまでも目安です。会場の混雑状況によっては、入場する時間が遅れる場合があります。また、配布状況、混雑状況によっては、当日の入場整理券がなくなる場合があります、後日の来場（および入場整理券の取得）をお願いする場合があります。

【申告相談期間】 令和4年1月4日(火)～1月31日(月)（土日祝日は除く）

令和4年2月1日(火)以降は、「日立シビックセンター マーブルホール」で申告相談を受け付けます。

【相談受付時間】 午前8時30分～午後4時

※午後4時前でも、相談受付を終了する場合があります。

【相談開始時間】 午前9時～

【相談会場】 日立税務署（1階）

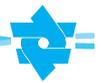
《国税庁LINE公式アカウント》



※確定申告会場での申告書作成は、ご自身のスマホを利用した申告書作成が基本となります。

※新型コロナウイルス感染症対策の一環として、令和4年1月は、還付申告の方の申告相談を日立税務署庁舎で受け付けています。

問 日立税務署 個人課税第一部門 ☎0294-21-6346



12月3日～6日は障害者週間です

障害者福祉制度を紹介します



障害者週間は、すべての人が障害者福祉への関心と理解を深めるとともに、障害者が社会のあらゆる分野の活動へ積極的に参加していく意欲を高めることを目的として、平成16年6月に改正された障害者基本法の中で定められました。ここでは、障害者福祉に関する制度についてお知らせします。

障害者手帳制度

障害者手帳は、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の3種類があります。交付手続は左表のとおりです。



	身体障害者手帳	療育手帳	精神障害者保健福祉手帳
対象者	次の機能に障害のある方 視覚・聴覚・平衡・音声・言語、そしゃく、肢体不自由、心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこうまたは直腸、小腸、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫、肝臓*	知的機能の障害が発達期(概ね18歳まで)に現れたことにより、日常生活に様々な支障が生じているため、何らかの特別な援助を必要とする方	精神的な病気により、日常生活に支障のある方
必要書類	・診断書 ・顔写真2枚 (縦4cm×横3cm) 1年以内に撮影のもの プリンタ印刷写真不可 ・印鑑(認印可) ・預貯金通帳 (新規申請者のみ) ・マイナンバーカード (通知カード可)	下記機関での判定が必要です(要予約)。 【18歳未満】 日立児童相談所 ☎ 0294-22-0294 ※偶数月の第2水曜日に限り18歳以上でも判定可能な場合もあります。 【18歳以上】 県福祉相談センター ☎ 029-221-0800	・診断書または障害年金証書など ・顔写真1枚(任意) (縦4cm×横3cm) 1年以内に撮影のもの プリンタ印刷写真不可 ・印鑑(認印可) ・マイナンバーカード (通知カード可)
手続方法	①市社会福祉課で診断書を受け取る。 ②都道府県等から指定を受けた医師に診断書の記載を依頼する。 ③必要書類を社会福祉課へ持参し申請する。 ※預貯金通帳は診断書作成料助成のため必要	①市社会福祉課で診断書を受け取る。 ②医師に診断書の記載を依頼する(障害年金受給者は①②不要)。 ③必要書類を持参し社会福祉課へ申請する。	①市社会福祉課で診断書を受け取る。 ②医師に診断書の記載を依頼する(障害年金受給者は①②不要)。 ③必要書類を持参し社会福祉課へ申請する。

※肝臓機能障害について肝炎対策基本法に基づき、平成22年4月から身体障害者手帳の交付対象になりました。

対象者：①肝炎(B型・C型肝炎を含む)などを原因とする重症の肝臓機能障害が3カ月以上継続していて、日常生活に著しい制限のある方
②肝臓移植を受け、抗免疫療法を実施している方
認定基準：主として肝臓機能障害の重症度分類であるChild-Pugh分類で判定し、3カ月以上グレードC(重度)に該当する方が概ね対象となります。ただし、診断前6カ月にアルコールを摂取している方などは対象となりません。

障害年金制度

心身に障害を受け、一定の受給要件を満たす方に①障害基礎年金、または②障害厚生年金が支給されます。
①は市保険年金課医療年金係(☎0294-24-2193)へ。
②は日立年金事務所(☎0294-24-2193)へ。

医療費助成制度

医療福祉費支給制度(マル福)

医療機関に支払う医療費のうち、医療保険対象金額の一部を支給する制度です(所得制限あり)。
対象は①身体障害者手帳1〜2級(内部障害は3級)、②療育手帳A、③障害年金1級、④精神障害者保健福祉手帳1級、⑤特別児童扶養手当1級を受給する方。詳しくは、市保険年金課 医療年金係(☎187)へ。

自立支援医療(更生医療)

18歳以上で身体障害者手帳に記載された障害の程度軽減やその維持を図るため、特定の医療を受けた場合に医療費の自己負担額が1割となる制度です。

自立支援医療(育成医療)

障害を有する児童、または罹患している疾患を放置すると将来障害を残すと認められる児童(いづれも18歳未満)であって確実な治療効果を期待しうる場合、必要な医療の給付を保険適用の範囲内で行う制度です。

自立支援医療(精神通院)

精神科等で通院による医療を受けた場合に、医療費の自己負担額が1割になる制度です。

※自立支援医療は、すべて所得に依り負担上限月額が設定されます。

障害者手当

特別障害者手当

精神や身体の重度障害で、常時介護を要する在宅の20歳以上の方に支給されます。

障害児福祉手当

重度障害で、常に介護を要する、在宅の20歳未満の方に支給されます。

特別児童扶養手当

20歳未満の障害児を在宅で育てる保護者に支給されます。

補装具費の支給

身体障害者手帳を持つ方が車いす等の補装具を製作または修理する際にかかる、費用の9割を公費で負担する制度です。支給される補装具の種類と、その対象となる障害は表のとおり。

なお、この制度を利用するには、必ず事前の申請が必要です。購入後の事後申請は、支給対象となりませんのでご注意ください。

▽主な補装具と支給対象

種類	対象となる障害
義肢(義手・義足)、装具、座位保持装置、車いす、電動車いす、歩行器、歩行補助杖	肢体不自由
重度障害者用意思伝達装置	両上下肢機能全廃 言語機能喪失
視覚障害者安全杖、義眼、眼鏡(矯正、遮光、コンタクトレンズ、弱視)	視覚障害
補聴器、人工内耳(音声信号処理装置修理に限る)	聴覚障害

※介護保険が利用できるときは、介護保険が優先されます。

税の控除・減免

税の障害者控除のうち所得税・相続税は日立税務署(☎0294-216346)、市県民税は市税務課市民税係(☎151-155)へ。

自動車税の減免は常陸太田県税事務所(☎0294-80-3314)、軽自動車税の減免は市税務課市民税係(☎151-155)へ。

心身障害者扶養共済

心身障害者(児)の保護者が毎月一定額の掛金を納めることにより、保護者が死亡または著しい身体障害を負った場合に、心身障害者(児)に終身年金を支給する制度です。

住宅リフォーム助成

在宅で、身体障害者手帳(下肢または体幹機能障害1〜2級)または療育手帳(A)をお持ちの方が居宅内の通行を円滑にする改造等を行う場合に、その費用の一部を補助します(増築、改築、新築を除く)。
※年度内に完成するものに限る。

自動車運転免許取得費補助

身体障害者手帳(4級以上)を持ち、道路交通法の運転免許欠格事由に該当しない運転適性試験合格者を対象にその費用の一部を補助します。

自動車改造費補助

身体障害者手帳(上肢、下肢、体幹機能障害1〜2級)を持つ方が、自動車の操向装置等を改造する場合にその費用の一部を補助します。

障害者タクシー券の交付

初乗り料金30回分を補助します。対象者は、身体障害者手帳(1〜2級と1種3級)、療育手帳(A)〜(A)、精神障害者保健福祉手帳(1〜2級)の方。

いばらき身障者等用駐車場利用証制度

対象となる障害者、高齢者、難病患者および妊産婦の方に、商業施設等に設置された車いすマークの駐車場を利用する利用証を発行します。

その他の割引制度

鉄道・バス・タクシー・航空料金、有料道路通行料、NHK受信料、公共施設入場料等の割引があります。
※事前手続が必要な場合があります。

**障害福祉サービスと
障害児通所支援サービス**

障害を持つ方が、日常生活を送るうえで必要な各種サービスを、その障害の種類にかかわらず利用することができる制度です。対象は、原則として障害者手帳を持つ方、対象疾患に罹患している難病の方です。

申請からサービス利用までの流れ

- ① 必要書類を持参し、社会福祉課で申請
- ② 障害支援区分を決定するために必要な調査を実施
- ③ サービス等利用計画の作成
- ④ 障害支援区分の決定後に、利用希望サービスについて、提供事業所と利用契約
- ⑤ サービス利用開始

利用者の負担

サービスの利用には原則として1割の自己負担が必要です。サービスを受ける障害を持つ方(配偶者がいるときは配偶者、障害児はその保護者を含む)の所得状況により、負担上限月額が設定されます。

▽障害福祉サービスの種類

	サービス名
介護等給付	・居宅介護 ・重度訪問介護 ・同行援護 ・行動援護 ・療養介護 ・生活介護 ・短期入所 ・重度障害者等包括支援 ・施設入所支援
訓練等給付	・自立訓練(機能訓練、生活訓練) ・就労移行支援 ・就労継続支援 ・共同生活援助(グループホーム) ・就労定着支援 ・自立生活援助
障害児通所支援	・児童発達支援 ・医療型児童発達支援 ・放課後等デイサービス ・保育所等訪問支援 ・居宅訪問型児童発達支援
相談支援	・計画相談支援 ・地域相談支援

身体障害者相談員・知的障害者相談員

身体障害者相談員は同じ障害者の立場から、知的障害者相談員は知的障害者の関係者として、障害のある人やその家族からの療育、生活などに関する相談や更生支援に関する相談などを無料でお受けしています。

地域生活支援事業

障害福祉サービスとは別に、次のサービスもあります。利用を希望するときは、下記窓口で申請してください。

▽地域生活支援事業の内容

移動支援	日常生活に必要な屋外への移動(通院・通所等を除く)を支援します。
日中一時支援	家族等の都合で日中の介護が困難になった場合、一時的に事業所へ通所できます(宿泊を除く)。
地域活動支援センター(無償サービス)	18歳以上を対象に、日常生活の基本的な動作指導や集団生活への適応訓練を行います。
訪問入浴サービス	日常生活全般に介助が必要で、自宅の浴室の使用が困難な場合に、入浴の機会を提供します。
日常生活用具の給付(※)	日常生活に必要な用具を購入する場合、事前申請により費用の一部または全部を所得に応じて給付します。品目は左記のとおり。
意識疎通支援(無償サービス)	聴覚、言語、視覚の障害を持つ方の円滑な意思疎通を仲介するため、手話通訳者等を公的機関や医療機関へ派遣します。

(※) 給付の日常生活用具一覧

・特殊寝台、特殊マット ・入浴担架、入浴補助用具 ・体位変換器、移動用リフト ・訓練いす、訓練用ベッド ・移動・移乗支援用具 ・便器、特殊便器、特殊尿器 ・頭部保護帽 ・T字杖・棒杖 ・火災警報器、自動消火器 ・電磁調理器 ・歩行時間延長信号機用小型送信機 ・聴覚障害者用屋内信号装置 ・透析加湿器 ・ネプライザー(吸入器) ・ストーマ器具(蓄便器袋) ・尿器、紙おむつ	・電気式たん吸引器 ・酸素ボンベ運搬車 ・盲人用体重計、盲人用体温計音声式 ・携帯用会話補助装置 ・点字ディスプレイ、点字器、点字タイプライター、視覚障害者用ワープロ ・視覚障害者用ポータブルレコーダー ・視覚障害者用活字文書読み上げ装置、視覚障害者用拡大読書器、点字図書 ・盲人用時計 ・聴覚障害者用通信装置、聴覚障害者用情報受信装置、情報・通信支援用具、福祉電話 ・人工喉頭、人工内耳用電池 ・居宅生活動作補助用具
--	---

問 社会福祉課 障がい地域福祉係
(高橋 鈴木(優、鈴木裕) ☎137、138



令和3年度野口雨情記念賞
俳句コンクール

野口雨情記念賞童謡作詩・俳句コンクールを開催しました。童謡作詩149点、俳句2007句の応募があり、厳正な審査の結果、次の方が入賞されました(敬称略)。なお、入賞者の作品は12月15日(水)～1月30日(日)市歴史民俗資料館にて展示します。

〔童謡作詩〕コンクール

○最優秀賞

「セミのコンサート」

石川 叶真 (明德小学校4年)

○優秀賞

「ボクの色あそび」

堀籠 隼己 (精華小学校3年)

「かたつむりの赤ちゃん」

平山 笑慈 (千波小学校3年)

〔俳句〕コンクール

○大賞

小学生の部

「しゅんのバトンの重さ知った夏」

不破 実咲 (千波小学校6年)

中学生の部

「穏やかに活けたる薔薇の独り言」

志済 羽音 (秋山中学校3年)

俳句ポストの部

「青空は今子らのものシャボン玉」

渡辺 彰 (北茨城市磯原町)

○優秀賞

小学生の部

「マスクとりえ顔がみたい友だちの」

小野 美月 (中妻小学校3年)

「汗ぬぐい涙ぬぐいて五つの輪」

谷内 菜渚 (精華小学校6年)

「すすきがねくすくつてくる」

さわさわと

吉岡 玲藍 (精華小学校4年)

「ザクザクと落ち葉の音が」

ミュージカル

雨甲斐 晴真

(上山川小学校5年)

「送り火が天かけ登る祖父思う」

柏 佑佳 (精華小学校5年)

中学生の部

「蝉しぐれ塾までの道応援歌」

渡邊 光斗 (秋山中学校3年)

「負けたけどみんなどろんこ風薫る」

渡辺 もか (五霞中学校3年)

「かたつむり旅のあしあと銀の道」

高橋 友理 (中郷中学校3年)

「濡れ縁で思いを馳せる月夜かな」

平山 瑛菜 (水府中学校3年)

「決勝戦くやし涙に虹かかる」

時本 朋実 (丹南中学校2年)

俳句ポストの部

「まんまるや雨情の里に昇る月」

坂口 富康 (千葉県千葉市)

「海望む六角堂や蝉時雨」

水野 俊徳 (東京都足立区)

「しゃぼん玉吹くとき少女風になる」

佐藤 吉雄 (北茨城市大津町)

「わが代で終わる棚田の草むしる」

野口 成人 (滋賀県長浜市)

「老松に天心の影しのぶ月」

小嶋 務 (北茨城市磯原町)

生涯学習課 生涯学習係

(深津) ☎ 431

新たな男女共同参画プラン
策定に着手

市では、誰もが性別を意識することなく活躍できる社会の実現を目指して、第3次男女共同参画プランに基づいて各種事業を推進してまいります。計画期間が令和5年3月までとなっているため、次期プランを検討する「北茨城市男女共同参画プラン等推進委員会」を設置し、第4次プランの策定に着手しました。今後の課題や施策の方向性を把握するため、市民の方や市内企業、小中学生等を対象にしたアンケート調査を実施しますので、お手元に届いた方はご協力をお願いします。



まちづくり協働課 協働推進係

(沼田、菊地) ☎ 192

令和4年 消防出初式

本年度の出初式は、新型コロナウイルス感染症への対策のため、規模を縮小して行います。演技披露、展示訓練等は中止となります。一般の皆さんのご来場はお控えいただきますようお願いいたします。

▽**とき** 令和4年1月16日(日)

午前9時開始

(午前7時にサイレンを鳴らします)

▽**ところ** 消防本部

※雨天時は消防本部車庫棟内で行います。

問 消防本部 消防課

☎ 42-0119

年金からのお知らせ

年金の 源泉徴収票について

年金を受給している方(障害年金、遺族年金を除く)には、令和3年分の「源泉徴収票」が令和4年1月下旬に送付されますので、確定申告の際にご提示ください。

また、亡くなられた方の確定申告(準確定申告)に使用する源泉徴収票は、年金受給権者死亡届を提出された遺族の方に、届出後約2カ月程度で送付されます。

問 保険年金課 医療年金係

(石森) ☎ 186

日立年金事務所

☎ 0294-212193

ねんきんダイヤル

☎ 0570-051165

後期高齢者医療保険からのお知らせ

後期高齢者医療保険料の納付は 口座振替が便利です

後期高齢者医療保険料を納付書で納付している方で、保険料の納め忘れはありませんか。

保険料を納期ごとに納めに行くのが大変な方は、口座振替にすると金融機関等に納めに行く手間が省け、納め忘れがなくなり安心です。

▽**口座振替手続**

通帳、通帳届出印を持参し金融機関へ

▽**口座振替の開始時期**

申込み翌月(ゆうちょ銀行は翌々月) 未納分の保険料や随時分保険料は口座振替できません。

保険料の未納が続くと、延滞金の徴収や保険証の有効期間の短縮などの取扱いを受ける場合があります。このようなことがないように、保険料は速やかに納めましょう。納付書を紛失したときは再交付しますので左記にご連絡ください。

保険料は医療費を賄う大切な財源です。お忘れのないよう納付してください。

問 保険年金課 医療年金係

(藤枝、鈴木(詩)) ☎ 188

不動産公売案内

市税等滞納のため差し押えた財産の公売を随時実施しています。今回は、入札による不動産公売のため、一般の方も参加できます。

▽**日時** 令和4年1月26日(水)

午後1時20分～午後2時

(午後0時50分受付開始、午後1時入札説明開始)

▽**会場**

市役所4階会議室

▽**公売対象不動産**

売却区分番号 3-1

見積価額 179万円

公売保証金 18万円

財産の表示(登記簿による表示)

(土地)

所在 磯原町上相田字裏木戸

地番 1099番97

地目 山林

地積 234㎡

※中止になる場合もありますので、事前にお問い合わせください。

※公売対象不動産の詳細については、収納課備え付けの「公売参加のご案内」または市のホームページをご確認ください。

※公売対象不動産は私有財産(市の所有物ではありません)のため、現地を確認される場合には節度ある行動をお願いします。

問 収納課 市税徴収係

(小室) ☎ 161



防災行政無線用 戸別受信機の無償貸与について



市では、災害時の情報伝達手段を充実させるため、津波および洪水の浸水想定区域や土砂災害警戒区域にお住まいで、携帯電話等による情報の取得が困難な高齢世帯や障がいのある方がいる世帯を対象に、屋内で防災行政無線の情報を受けることができる戸別受信機を無償で貸与しています。

※なお、携帯電話をご利用になれる方は、「北茨城市防災メール」のご登録をお願いしています。

- 対象地域** 津波および洪水の浸水想定区域
土砂災害警戒区域
- 対象者** 65歳以上の方のみの高齢世帯や障がいのある方がいる世帯で携帯電話等による緊急時の情報取得が困難な世帯の世帯主
- 利用料金** 無料
- 申込方法** 貸与を希望される方は、下記までご相談ください。

北茨城市防災メールの登録はこちら

【登録方法】
下記のQRコードまたはアドレスに空メールを送信して登録してください。
[bousai.kitaibaraki-city@raiden.ktaiwork.jp](mailto:bousai.kitaibaraki-city@raidan.ktaiwork.jp)

問 総務課 防災安全係 (大山、小川) ☎ 3 3 9

防災クイズ 毎月出題される問題をクリアして、防災知識の向上を目指しましょう!!

災害時、救助の時に気をつけなければならない『フラッシュ症候群』とは何か?

- ①長時間の圧迫から急に解放され心臓の機能が悪化すること
- ②長時間同じ体勢でいることで血栓ができ肺の動脈を塞ぐこと
- ③正中神経が手くびで圧迫されることで手が痺れること

防災クイズは、Yahoo! JAPANの『ヤフー防災模試』から出題いたしました。

その他、過去の問題についてはこちらから↓
<https://bousai.yahoo.co.jp/exam/>
また、北茨城市の防災情報を「Yahoo!防災速報」アプリで受けとることができるようになりました。スマートフォンをお持ちの方は、ぜひご利用ください。

今すぐアプリをダウンロード!



防災豆知識

自主防災組織を結成しましょう!

自主防災組織とは、自分たちの地域で、自分たちでできる防災活動を行うために結成される組織です。自治会などの活動の中に『防災』を取入れ、地域での避難訓練や防災資機材の整備を行います。

県や市では、自主防災組織の結成や活動に対し、補助金を交付しております。補助金を活用し、皆さんの地域にも自主防災組織を結成することで、地域の防災力を向上させましょう。

詳しくは、総務課防災安全係へお問い合わせください。

茨城県自主防災組織結成費補助金

補助金額：上限 10 万円
補助対象：組織結成に要する経費や防災訓練などの活動に要する経費

北茨城市自主防災組織活動事業費補助金

補助金額：上限 3 万円
補助対象：防災訓練に要する経費や防災資機材整備に要する経費など

解説：①長時間の圧迫から急に解放され心臓の機能が悪化すること
長時間圧迫された状態から一気に解放されることで、心臓の機能を悪化させてしまいます。阪神・淡路大震災
解説：かたきに長時間閉まれている場合、フラッシュ症候群の危険性があります。

**令和4年度分 入札参加者資格
審査申請(追加受付)について**

令和4年度に市が発注する物品調達・委託等の入札参加に必要な入札参加者資格審査申請を受け付けます。
※今回は令和4年度分の追加受付です。

▼受付期間

令和4年2月1日(火)～28日(月)
※郵送で提出ください(最終日消印有効)。

※申請様式などは、市ホームページからダウンロードできます。

申請 総務課 管財係

(鈴木、米久) ☎ 3331、332

償却資産の所有者は

1月31日までに申告を

償却資産とは、1月1日現在で会社や個人が所有している土地や家屋以外の事業用資産(構築物や機械など)です。償却資産の所有者は、法令で申告が義務付けられています。申告期限の1月31日(月)までに申告書を提出してください。

▼償却資産の例

- ・ 飲食店 厨房設備、レジスター、テーブル、イスなど
- ・ 小売業 陳列ケース、冷蔵庫など
- ・ 製造業 製造ライン、機械、工具など
- ・ 不動産業 駐車場舗装、自動車置場、屋外灯など
- ・ 太陽光発電事業 太陽光パネル、フェンス、防犯カメラなど

問 税務課 固定資産税係

(根本、森谷) ☎ 156～159



**歴史民俗資料館収蔵の資料が語る
北茨城市の歴史 七**

はじめに

作曲家の中山晋平は、野口雨情とともに、数多くの作品を世に残しました。「シャボン玉」「黄金虫」「あの町この町」など、なじみの深い曲ばかりです。また、中山晋平は、当市の姉妹都市である長野県中野市出身でもあります。今回は、中山晋平に関わる資料を紹介します。

資料1

資料1は、中山晋平作曲「船頭小唄」の一節を、野口雨情が書にした色紙の額装です。「船頭小唄」の原題は「枯れすすき」で、大正8(1919)年、野口雨情は、「枯れすすき」の詩稿を手に中山晋平のもとを訪れ、作曲を依頼したと言われています。

「船頭小唄」は、大正12(1923)年、女優の中山歌子が歌を吹き込み、ヒコキレコードからレコードが発売されました。また、同じ年に松竹から映画化され大流行しました。

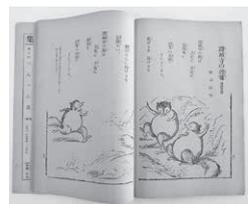


資料1
野口雨情書「船頭小唄」
(当館蔵)

資料2

資料2は、大正13(1924)年12月1日発行の『金の星』第6巻12号(原本)です。野口雨情は、この号に「證誠寺の狸囃」を発表しました。

この時の歌詞は、実は今私たちが耳にするものと異なります。今聞く「證誠寺の狸囃」は、野口雨情の歌詞をもとに、中山晋平が曲をつける際に改作して発表したものです。ぜひ歌詞の違いを、当館に来て、見比べてみてください。



資料2
雑誌『金の星』第6巻12号
(原本 当館蔵)

NHK連続テレビ小説「カムカムエヴリバディ」と「證誠寺の狸囃」の関係

太平洋戦争終戦後にラジオから流れた「カムカム英語」は、平川唯一氏が「證誠寺の狸囃」をテーマソングに選び、その曲に自ら作った英語の歌詞をのせたものです。「カムカム英語」の歌詞と「證誠寺の狸囃」の曲は、戦後の日本を明るく活気づけました。今後ドラマの中で、どのように放送されるのか楽しみです。

令和3年度 第3回企画展

「資料館収蔵品展

「野口雨情と中山晋平を中心に」
期間：12月15日(水)～令和4年2月6日(日)
今回紹介した資料2点を展示しています。

★令和4年は、西丸帯刀生誕200年、野口雨情生誕140年です。



フォトニュース

北茨城市役所 ☎43-1111

10月
23日

親子で机製作に挑戦

地元の間伐材を利用して地産地消を実践しながら親子のふれあいを提供する「親子木工教室」が行われ、52組104名が午前・午後に分かれ机と椅子、本棚作りにチャレンジしました。初めて使うような工具を手に製作に打ち込む表情は真剣そのもの。お父さんと参加した5歳の男の子は、来年小学校に入学するそうで「お父さんと一緒に作れてとても楽しかった。この机でたくさん勉強してケーキ屋さんになりたい」と完成後の感想を話してくれました。



11月
16,17,23,24日

野球大会

市長旗争奪軟式野球大会が市民球場で開催されました。

全12チーム出場し、見事K・F・Dが優勝を果たしました。おめでとうございます。

コロナ禍で普段通りの練習が出来なかった中、チームで団結し、日頃の成果を十分に発揮した試合になったのではないのでしょうか。

11月
13日

世界遺産を散策

穏やかな秋晴れのもと、世界かんがい施設遺産に登録されている農業用水路「十石堀」の探訪ツアーが行われました。参加者は十石堀の掘られた当時の様子や工事の難しさなどについて、県のふるさと水と土木指導員の岸秀明さんから紙芝居で説明を受けてからスタート。道中、岸さんや十石堀維持管理協議会会長の根本俊さんから分かりやすい解説もあり、先人の偉大な業績を実感できました。最後には根本会長から十石堀の水で育った松井馬ノ田地区の米がプレゼントされ、秋の一日を満喫しました。



11月
14日

ごみ収集車を彩るデザイン

市生涯学習センターとれふるで、東京芸術大学の教員ら3名と共に、23名の小学生が制作に取り掛かりました。子供たちは、様々な形に切った紙の上から絵具を含ませたスポンジでキャンバスに色を付け、真剣な表情で思い思いの絵を描いていました。自由な色彩がちりばめられた子供たちの作品は、とてもきれいな仕上がりでした。

完成した作品をラッピングする作業は別日に行われますが、今から完成が楽しみです。

明日へ きらめけ!

関本中学校 女子テニス部



部長 澁澤 未夢さん

副部長 大友 杏さん

「スマッシュに気持ちを乗せて 掴み取る勝利」

今回は、関本中学校 女子テニス部にお邪魔しました!

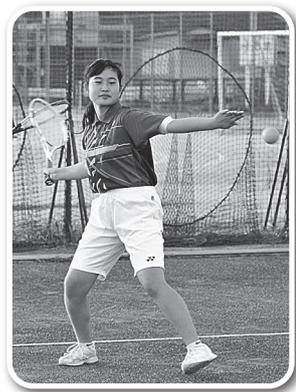
部長さんと副部長さんにお話を聞きました!

1年生2人、2年生1人が小池 翔先生、渡部 正春先生指導のもと日々活動しています。

▼心に残るエピソードを教えてください
3年生の先輩方が県大会で優勝し、関東大会に出場したことです。先輩方の努力をむだにせず私達も頑張っていきたいです。

▼今後の目標を教えてください
まずは県大会です。色々な大会で勝って、どんどん強くなっていくチームにしたいです。

▼一言で言えばどんな部活ですか?
みんなで協力している部活です。準備や片付けをみんなで協力してすばやく行っています。少ない部員でも一人一人が頑張っています。



▼部長さんから部員の皆さんへメッセージをどうぞ
人数は少ないけれど、その分全力で部活をしよう。

▼部の雰囲気や魅力を教えてください
小学生も一緒に活動しているところが魅力だと思います。みんな仲良く、お互いに教えあって活動しています。楽しいけど、やる時は真面目に行う明るい雰囲気のある部活です。

▼強さの秘訣はなんですか?
何事にも本当の試合のように一生懸命取り組んでいます。ダメなところはペアと話しあい、切磋琢磨しています。

▼最後に顧問の先生から部員の皆さんに一言お願いします
中学2年生1人、1年生2人の中学生3人に早期入部の小学生4人の計7人という少人数ですが、全員で協力して活動できていて素晴らしいです。少人数でも元気をだして、笑顔で前向きに頑張っていきましょう!



北茨城市・高萩市合同中学校新人体育大会

10月28日(木)、29日(金) 磯原地区公園テニスコート 他

※市内の方のみ掲載

団体戦	第1位	第2位	第3位	団体戦	第1位	第2位	第3位
軟式野球	磯原		中郷・常北	卓球男子		中郷	磯原
サッカー	中郷		常北	卓球女子	中郷	磯原	
バスケットボール男子		中郷	常北	柔道男子		中郷	磯原
バスケットボール女子	中郷	常北		柔道女子	磯原		中郷
バレーボール女子	中郷		常北	剣道男子	中郷	常北	磯原
ソフトテニス男子	中郷	磯原		剣道女子	中郷		磯原
ソフトテニス女子	中郷	磯原	常北				

個人戦	第1位		第2位		第3位	
ソフトテニス男子	鈴木 太陽・渡邊 柁瑠	中郷	小野 絆・片野 永琉	中郷	佐川 翔希・鳥居塚 遥生	関本
ソフトテニス女子	畠山 美音・揚石 楓音	中郷	吉田 ルナ・原田 萌々子	中郷	信田 優衣・荒川 愛菜	磯原
卓球男子・シングルス			小島 梁駆	中郷	五月女大輝	中郷
卓球男子・ダブルス			鈴木 舶斗・鈴木 拓翔	中郷	鈴木 優志	中郷
卓球女子・シングルス	和氣 令奈	磯原	長瀬 日和	中郷	鈴木 夢叶・仁藤 悠稀	中郷
卓球女子・ダブルス			加藤 蒼空・小林 紗空	磯原	鈴木 大哉・小沼 颯太	中郷
柔道男子	50kg級				沼田 愛琉	中郷
	55kg級	佐川 優士	常北	千田 風雅	佐藤 永佳	磯原
	60kg級				内田 妃南・内藤 理乃	磯原
	66kg級	山形 隼人	磯原		山本 奨太郎	磯原
	73kg級	坂本 貴空	中郷		澤畠 陽空	常北
	90kg級	草野 太介	中郷		田中 虎汰郎	中郷
柔道女子	44kg級	酒井 礼菜	磯原	菊地 つぐみ	馬場 遙翔	常北
	52kg級	當山 かれん	磯原	伊藤 光	村中 大斗	磯原
	63kg級	堀内 穂乃華	中郷		鈴木 涼太	中郷
	70kg超級			小林 絵理奈		
剣道男子	計良 一颯	中郷	皆川 匠磨	磯原	金澤 樹生	中郷
剣道女子	鈴木 姫望	中郷	大平 こむぎ	磯原	丹 颯真	常北
					箕輪 蒼波	中郷
					田中 美結	中郷

茨城県中学校新人体育大会

体操競技の部

10月28日(木)、29日(金) 笠松運動公園

団体戦	個人戦	第1位	第2位
体操男子	個人総合		會田 修成 磯原
体操女子	種目別		
	ゆか	會田 修成 磯原	
	あん馬	會田 修成 磯原	松本 琉生 磯原
	鉄棒		會田 修成 磯原
	ゆか	大曾根 杏美 磯原	

相撲競技の部

11月7日(日) 笠間小学校

団体戦	第2位 磯原中
-----	---------

水泳競技の部

10月30日(土) 笠松運動公園

男子50m自由形	第1位 菊地 佑樹 磯原
----------	--------------

陸上競技の部

10月26日(火)、27日(水) 笠松運動公園陸上競技場

男子	種目	氏名	順位	学校	記録	女子	種目	氏名	順位	学校	記録
	1年100m	庄司 蓮	1	中郷	11秒58		800m	仁田美利優	5	中郷	2分31秒12
3000m	五十嵐新太	1	中郷	9分09秒89	1500m	関澤 唯渚	4	中郷	4分53秒53		
1年100m H	大友 悠誠	2	中郷	16秒39	※8位入賞者まで記載						
4×100m R	大峰 斗凰 庄司 蓮 松本 晃樹 蛭田 海仁	3	中郷	48秒31							
学校対抗	中郷中	2		29点							

県北地区中学校総合体育大会 駅伝競走大会の結果

10月20日(水) 笠松運動公園周回コース

	順位	学校名	記録
男子の部	1	中郷中	42分29秒
女子の部	1	中郷中	28分37秒

※8位入賞まで記載。
10位までが県大会(11月10日)へ出場。

区間賞	区間	学校名	氏名	記録
男子の部	5	中郷中	青山 虎溜	6分35秒
女子の部	1	中郷中	畠山 美希	7分49秒
	2	中郷中	関澤 唯渚	4分32秒
	4	中郷中	根本 愛佳	4分49秒
	5	中郷中	鈴木 凜皇	6分30秒

県民総合体育大会中学校大会 茨城県中学校駅伝競走大会の結果

11月10日(水) 笠松運動公園周回コース

	順位	学校名	記録
男子の部	優勝	中郷中	1時間00分05秒
女子の部	優勝	中郷中	42分29秒

※8位入賞まで記載
優勝校は全国大会(12月19日・滋賀)、
上位4校は関東大会(12月5日・栃木)へ出場。

区間賞	区間	学校名	氏名	記録
男子の部	3	中郷中	安藤 蒼一郎	9分43秒
女子の部	3	中郷中	菅 陽万里	6分53秒
	4	中郷中	仁田美利優	7分12秒
	5	中郷中	鈴木 凜皇	10分16秒

男子主将 3年 安藤 蒼一郎さん

地域の方々や、これまで支えてくれた方々に心から感謝し、仲間を信じて、見ている人たちを元気づけられるような走りでタスキをつなぎます。応援よろしくお祈いします。

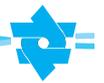
女子主将 3年 鈴木 凜皇さん

お世話になった方々への感謝を胸に、茨城県駅伝大会で3連覇した勢いのまま、関東駅伝優勝、全国駅伝入賞を目標に頑張ります。どうぞ応援よろしくお祈いします。



中郷中学校駅伝部の皆さん

問 学校教育課 (滝) 内 4 4 0



スポーツ大会の結果

◆第29回 市長杯少年サッカー大会

10月16日(土) サッカー・ラグビー場

	優勝	準優勝	第3位
高学年の部	中郷 FC スポーツ少年団	中郷リアン	常北ジュニアサッカースポーツ少年団
低学年の部	中郷 FC スポーツ少年団	磯原 FC スポーツ少年団	常北ジュニアサッカースポーツ少年団

◆第31回 市長杯ゲートボール大会

10月6日(水)

関南ゲートボール・クロッケーコート

優勝	準優勝	第3位
汐見ヶ丘	友好会	矢指会

◆第61回北茨城市長旗争奪軟式野球大会(一般)

10月16日(土)、17日(日)、23日(土)、24日(日)

磯原地区公園野球場

優勝	準優勝
K・F・D	CLUBスパークス

最優秀選手賞：水谷 直道 敢闘賞：田沢 勇人

◆第30回 市長杯クロッケー大会

10月15日(金)

関南ゲートボール・クロッケーコート

優勝	準優勝	第3位
磯原ときわ友好会 A	栗野クラブ A	関本富楽会



問 生涯学習課 スポーツ振興係 (小磯) 内 421

【会社の特色は何ですか】
製造業のほか、当社では産業廃棄物の処分業も行っています。古いアスファルト舗装をはがした廃材を受け入れ、当社で破碎し、骨材として再利用することで、建設

【どのような製品を作っていますか】
当社では、アスファルトや砕石、砂等の骨材を材料として車社会に欠かせない道路の舗装材料であるアスファルト合材(アスファルト混合物)を主に製造しています。アスファルト合材は一種類ではなく、交通量が多い道路や坂道、駐車場など用途に合わせて多種多様に製造することができます。また、アスファルト合材は近年、リサイクルされた骨材を使用した製品が主であり、再生アスファルト合材として当社で一番多く出荷されています。

【創業はいつ頃ですか】
昭和47年にここ北茨城市で創業し、今年で創業50年を迎えました。以来、50年の間お客様に高品質な製品の安定供給を目指し営業しています。平成20年にはISO9001を、平成24年にはISO14001を認証取得し、高品質そして環境にやさしくをモットーに、従業員一同製品づくりに取り組んでいます。



【地域との関わりはありますか】
地元からの雇用に入力して、創業以来当社の社員は北茨城市及び近隣在住者です。また、市内の公共工事等の舗装の際にも当社の製品を出荷しています。これからも安定した事業を継続し、アスファルト合材の製造や道路の舗装工事等を通して、地域の経済活動や雇用に貢献できる企業でありたいと考えています。

副産物の削減になり環境へ配慮した製品として提供しています。これからも循環型社会の構築へ向け製品づくりを通して努めていきます。

北茨城市の企業紹介14

— 上相田工業団地編 —

日立アスコン株式会社 (磯原町上相田)

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)

◆10月19日～11月24日までの検査結果

項目	検査件数	検査結果	検査品目
		基準値を超過した件数	
水産物	13	0	タイ、カマス、ホウボウ、マトウダイ、イシモチ、ヒラメ、マコガレイ、カスゴ、アナゴ、タチウオ、イナダ、マダコ

※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 内 382

農産物等の放射性物質濃度測定

◆10月20日～11月17日の測定結果 (非破壊放射能検査施設にて測定)

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	1	0	椎茸

※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。

※測定を希望される方は、事前に非破壊放射能検査施設へ電話予約をお願いします。

問 生活環境課 環境政策係 内 371
非破壊放射能検査施設 46-3151

市内の放射線量の測定

都市公園 (地上50cm)

測定場所	測定値
	9月3日、10日
汐見ヶ丘 近隣公園	0.06
粟野 第一公園	0.08
磯原 中央公園	0.07
浦 五第二公園	0.06
道 浜中央公園	0.07

※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

◆食品の放射性物質濃度測定について

大津漁港にある非破壊放射能検査施設にて測定します。事前に下記まで電話予約をお願いします。

問 非破壊放射能検査施設
46-3151
(月～金、午前9時～午後3時)

◆常設型モニタリングポスト

(設置場所：市役所玄関わき)
10月11日～11月11日の測定値
・最大値 0.090 (10月17日)
・最小値 0.063 (10月26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。

社会福祉士 (会計年度任用職員)募集

南部地域包括支援センター(元気ステーション)内で社会福祉士として包括的支援事業を行う職員を募集します。

▽募集人数 1人

▽応募資格

①社会福祉士の資格を有する方または採用時までに当該資格を取得できる方

②普通自動車免許を有する方

③医療・保健・福祉・介護業務等の経験がある方

④PCソフトの操作およびワード、エクセルの基本操作ができる方

▽雇用期間

随時(年度毎、契約更新あり)

▽申込締切 令和4年1月31日(月)

※申込方法、勤務条件等については、左記へお問い合わせください。

問 高齢福祉課

中部地域包括支援センター

(篠原) 内 122



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 【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3年12月1日現在

診療科		月	火	水	木	金
外来	午前	横谷	五十嵐	梶川(第1・3) 五十嵐(第2) 吉本(第4)	吉本	五十嵐
		海老澤	横谷	海老澤(第1・3) 幸田(第2・4)	飯塚	吉本(第1・3) 横谷(第2・4)
		幸田	海老澤	鈴木	幸田	梶川(第1・3) 海老澤(第2・4)
	午後	五十嵐	横谷	横谷(第1・3) 五十嵐(第2) 吉本(第4)	海老澤(第1・3) 吉本(第2・4)	五十嵐
		海老澤	梶川	梶川	梶川	幸田
		幸田	幸田	幸田	飯塚	海老澤(第1・3) 横谷(第2・4)
訪問	午前	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○
飲酒量 低減外来	午前	-	-	-	△(完全予約制)	-
心療内科	午前	△(完全予約制)	△(完全予約制)	△(完全予約制)	△(完全予約制)	△(完全予約制)

◎1カ月の診療体制表は受付に準備していますので、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

「がん予防には 正しい生活習慣が大切」

市民病院事業管理者 田淵 崇文

わが国において1年間で約37万人の方が、がんにより亡くなっています。その数は年々増えています。

「がん」はご自身の臓器にある細胞の遺伝子が変わり、がん化していく病気です。その遺伝子変異をさせる要因には、食生活、運動、睡眠や嗜好物など、日常の生活習慣が深く関わっています。

がん予防の12か条は皆さんご存知でしょうか。以下に列挙します。

①タバコは吸わない、②他人のタバコの煙を避ける、③お酒はほどほどに、④バランスのとれた食生活、⑤塩辛い食品は控えめに、⑥野菜や果物は不足にならないように、⑦適度な運動、⑧適切な体重維持、⑨ウイルスや細菌の感染予防と治療、⑩定期的ながん検診を、⑪身体の異常に気がついたらすぐ受診を、⑫正しいがん情報でがんを知ること。以上12項目を見てもみると生活習慣に関する項目が多いのにお気づきでしょうか。生活習慣とがんの関連を具体的に

に挙げますと、喫煙、受動喫煙は肺がんや咽喉頭がんなど、深酒は消化器がん、特に食道がんや肝臓がん、赤肉、加工肉や、脂肪食の取り過ぎは大腸がん、塩辛いものは胃がん、肥満は大腸がんのリスクを高めます。さらに持続的な強いストレスの環境でも発がんリスクは上がります。適度な運動をしてリラックスして生活する工夫も大切です。一方、緑黄色野菜をバランスよく摂取することは発がんリスクを低下させます。生活習慣ではないのですが、ウイルス感染、細菌感染も発がんに関連します。ヒトパピローマウイルス感染による子宮頸がん、ヘリコバクター・ピロリ菌感染の胃がん、肝炎ウイルス感染による肝臓がんなどがよく知られています。

がんは何年という長い年月をかけて成長していきますが、体内でがん細胞が増殖するにつれ、その発育は加速度的に早くなり転移をきたすこととなります。若い時から正しい生活習慣を身につけ「がん」にならないように生活してください。さらに、早期の発見が大切ですので、ぜひ「がん検診」を受けてください。

【再来受付時間】午前：8時から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お持ちください。

●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察です。
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察です。
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察です。
外科	火・水曜日は手術日の為、診察までお待ちさせる場合があります。
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。第1・3木曜日は手術日です。

●外来担当医のご案内

※1 (網かけ)は再診予約です。
 ※2 カッコ内の数字は週数を表しています。

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 石橋・山本	石橋・中村	中村 植草 (2・3)	植草・鈴木	植草・宮本	当番制	○		
		予約 植草・藤枝 鈴木	藤枝・山本	藤枝・横谷 植草 (1・4)	石橋	藤枝・中村	石橋			
	午後	予約 植草・藤枝	宮本	植草 (第5除く) 藤枝	植草・石橋	藤枝・宮本 植草 (1・3)	*			
	腎臓内科専門外来 13:30～16:00	*	*	*	*	臼井 (2・4)	*		*	
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	*	*	油井 14:00～16:00	山尾	非常勤 (第1)	*			
	禁煙外来	中村	*	*	*	*	油井			
	動脈硬化外来 14:00～16:00	*	*	油井	*	*	*			
	ペースメーカー外来 13:30～15:00	山尾	*	*	*	*	*			
呼吸器科 予約のみ	午前	*	*	*	*	非常勤 (第2)	*	*		
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～	*	田口 担当医 10:00～	田口 10:00～	田淵 9:00～ 小出 10:30～	窪木 10:00～ 山崎 (1・3) 9:30～	小出 (2・4・5) 10:30～	担当医 10:00～	○
	午後	小出	手術日	手術日	小出 宇佐美 (1・3・5)	窪木	*	*		
	乳腺外来 13:30～15:00	*	大竹 (第4)	長塚 (第1)	立花 (第2)	*	*	*		
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	*	今留	今留	今留	今留	○		
	午後	今留	*	今留	手術日	今留	*			
小児科 午後は予約のみ	午前	佐藤	白石	小宅・平木	関島	平木	*	*		
	午後	予防注射 佐藤	*	乳児健診 平木	小宅	関島	平木			
	心臓外来 14:00～16:30	*	*	*	*	*	堀米 (第4)		*	
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	午前	*	杉山 (1・3)	遠藤 (1・3)	楠 (2・3・4)	金子	小磯 (1・3)	*		
	午後	*	*	*	楠 (2・3)	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	窪田 9:30～	小幡 9:30～	稲垣 9:30～	天神 9:30～	脇谷 9:30～	*	*		
	午後	窪田	小幡	稲垣	天神	脇谷	*			
耳鼻いんこう科 13:00～14:30	午前	*	松本	*	宮本	小海 (第2)	非常勤	*		
	午後	*	松本	*	宮本	小海 (第2)	*			
皮膚科 13:00～16:00	午前	橋本	橋本	橋本	倉持	橋本	橋本	要相談		
	午後	橋本	手術・検査	橋本	橋本 褥瘡外来 (2・4)	倉持	橋本		*	
歯科口腔外科 13:00～16:00 診察開始は 13:30～	午前	長井・長谷川	長井 高岡 (2・4)	長井・長谷川	長井 長谷川	長谷川・福澤	長井・長谷川	○		
	午後	長井・長谷川	長井 萩原 (1・3・5) 高岡 (2・4)	長井・長谷川	長井 長谷川 飯坂 (2・4・5)	長谷川・福澤	*			
麻酔科 13:00～16:00	痛み外来 (ペインクリニック) 13:00～16:00	*	*	*	*	洪 (1・3)	*	*		

☎ 市民病院 医事課 (井上) ☎ 46-1121 ㊦ 2255

感染症外来の お知らせ

市民病院では新型コロナウイルス感染症対策として感染症外来を実施しています。

予約制です。発熱、咳や風邪症状等のある方は下記の時間にお問い合わせください。

【問合せ】平日 月～金曜日
9:00～12:00

【診療日】平日 月・水・金曜日

問 感染症外来

☎ 46-1121(代)



『完全面会禁止』のお願い

新型コロナウイルス感染症対策として、『完全面会禁止』としています。
 入院患者さんの命を感染症から守る厳戒態勢の措置ですので、皆様のご理解とご協力をお願いします。



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。

※利用に関しましては引き続き施設の指示に従い、また、お子さんのマスク着用にご協力をお願いします。

※今後の予定変更時には市ホームページにてご案内します。



【12月、1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 (祝日除く)	月曜日～金曜日、日曜日 (祝日除く)	月曜日～金曜日 (祝日除く)	月曜日～金曜日 (祝日除く)	
	午前9時～午後4時	午前9時～午後4時	午前10時～午後3時	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	
	13日 カレンダー制作	10日 クリスマス制作②	7日 身体測定	7日 運動遊び	
	14日	16日 エプロンシアター	9日 クリスマス制作 お誕生日会	14日 クリスマス制作	
	16日 リトミック	22日 リトミック	14日 リトミック教室(要予約)	17日 クリスマス会(要予約)	
	17日 絵本の読み聞かせ しゃぼん玉	(1部) 0歳～1歳半対象 10時～11時	16日 クリスマス会(要予約)	21日 お正月制作	
	20日 お正月制作	(2部) 1歳半～対象 11時～12時			
	21日				
	23日 英語であそぼう	27日 お正月制作			
	27日 お誕生日会				
	28日 壁面制作				
	1月	6日 お弁当屋さんごっこ	7日 お誕生日会	6日 身体測定	11日 風船あそび
		7日		11日 リトミック教室(要予約)	14日 運動遊び(トランポリン)
				13日 おかし作り	18日 節分制作
				18日 栄養指導	21日 思い出手形制作
20日 節分制作				25日	
27日 お誕生日会				28日 運動遊び	
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
12月16日(木)

・1歳6カ月児健康診査
12月24日(金)

・3歳児健康診査
12月10日(金)

※受付時間・場所は個別に通知します。
※今後の状況によって変更する場合がありますので、市ホームページをご確認いただくか、左記へお問い合わせください。

問 健康づくり支援課

☎ 196

育児相談

(5カ月以上の乳幼児、要予約)

▽とき 12月22日(水)

午前9時30分～10時30分

▽ところ 左記へお問い合わせください

申 健康づくり支援課

☎ 196

移動児童相談

▽とき 1月5日(水)

午前10時～午後3時

▽ところ 大津子どもの家

問 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

すべての電話

☎ #8000

☎ 050-5445-2856

(24時間365日対応可)



北茨城市シルバーリハビリ体操指導士会からのお知らせ

令和4年1月から下記の3カ所でシルバーリハビリ体操を開催します。
人数制限のため事前の申し込みが必要となりますのでご注意ください。

- 関本公民館 : 毎週木曜日 午前10時～ (25名)
- 生涯学習センターとれふる : 毎週木曜日 午後1時30分～ (15名)
- 関南多目的集会所 : 第1・3火曜日 午後1時30分～ (15名)

【申込方法】 下記に電話でお申し込みください。

【期間】 12月21日(火)午前9時～24日(金)午後5時15分

【注意事項】 定員となり次第締め切りとなります。

現在他の教室に参加している方は対象になりません。

参加する場合はマスク着用・動きやすい服装・室内用の靴・飲料水・タオルを持参してください。

申問 元気ステーション (中原) ☎ 44-7111

03 交通と健康!

このコーナーでは「交通や移動」にまつわる課題やトピックス、またそれらと私たちの健康との関連にフォーカスした情報発信を行っています。

今回は、私たちの暮らしの中に、どのような移動手段があるのかをテーマとし、電動シニアカーを利用していただく方や利用状況などについて話を伺いました。

【シニアカーとは】

シニアカーとは、座りながら移動できる電動車椅子のこと。三輪および四輪の一人乗り構造が主体である。操作は、ハンドルで方向を決めてアクセルペダルで進み、ブレーキはレバーを離すだけで止まることができ。

【シニアカーを利用するようになったきっかけ】

私は4年前に自動車の運転を卒業しました。高齢者の自動車事故のニュースが取り上げられていた中で、ちょうど車検が切れるタイミングであったことも重なり、すっぱりとやめました。それからシニアカーに乗るようになりました。私はかつて農機具屋で働いていました。意外かもしれませんが、農機具屋ってシニアカーを取り扱っているんですよ。ですので、シニアカーは私にとってなじみ深い乗り物で、自動車の運転を卒業したらシニアカーに乗ろうかと思っていました。

【どのようにシニアカーを利用しているか】

主にスーパーへの買い物や病院、畑に行く時に利用しています。私の

場合、自動車でも遠出していたわけではないので、シニアカーがあればほとんど以前と変わらない生活が送れています。時間はあるので安全に気を配りながらゆっくりと運転することを心がけています。ただ、雨が降ると乗ることができないので、その時は市のタクシー助成券を使うようにしています。

【シニアカーに乗る際に気をつけていること】

道路交通法的には歩行者扱いとなるシニアカーですが、電動の「乗り物」であることは事実です。私は、元々自動車を運転していたわけですから、自動車運転者の考えが理解できます。車や人とすれ違う時は、どのような動きをすると安全かを考えながら乗っています。

※本記事は、あくまでも移動手段の選択肢を紹介するものであり、シニアカーの利用をお勧めするものではありません。利用の検討にあたっては、ご家族や取扱業者等とよくご相談ください。また、元気ステーションでも移動手段に関するご相談も含めて受け付けていますので、お気軽にお問い合わせください。

【インタビュアー】

北茨城ハッピープロジェクトメンバー

筑波大学医学医療系地域総合診療
医学 川田 尚吾
元気ステーション 大友 郁美

問 元気ステーション
(菊池) ☎ 44-7111

お知らせ

掲示板



案内
令和4年度 小学校新入学児童への入学祝品の贈呈について

県母子寡婦福祉連合会では、ひとり親家庭（母子家庭、父子家庭）のお子さんの新入学時に祝品（学用品）の贈呈を行っています。

該当児童のいるひとり親家庭で祝品を希望する方は、お子さんの氏名、生年月日、保護者名、住所、連絡先を令和4年1月7日(金)までに左記へご連絡ください。

申請 子育て支援課 児童福祉係
(小林) 内134
茨城県母子寡婦福祉連合会
☎029-1221-7505



案内
ねずみ駆除剤の無料配布

ねずみの被害でお困りの方に、駆除剤を無料で差し上げます。生活環境課または各市民サービスセンターでお受け取りください。

▽**配布期間**
12月6日(月)～12月20日(月)
※なお、12日(日)は日曜開庁窓口で配布します。11日(土)、18日(土)、19日(日)は配布しません。

問 生活環境課 環境保全係
(鈴木(悠)) 内374



案内
旧陸海軍の史料収集のお知らせ

茨城郷土部隊史料保存会では、戦争に関する貴重な史料の散逸を防ぐとともに、収集・保存や展示することによって後世に継承し、戦争の惨禍と平和の尊さを考える場を提供しています。

旧陸海軍に関する遺品や写真などの史料をお持ちの方は、左記までご連絡ください。
申請 茨城郷土部隊史料保存会 (大高)

FAX ☎029-1254-3520

案内
造林補助申請と山行苗木の注文について

▽**造林補助申請**
12月20日(月)まで
▽**山行苗木注文**
令和4年2月末日まで

※造林、保育、除間伐等山林の手入れは随時受け付けますので、お気軽にご相談ください。

申請 市森林組合
☎42-1329

案内
「第59回北茨城市 手をこまねくの作品展」開催

市内小中学校12校と特別支援学校の児童生徒が一生懸命に取り組んで仕上げた絵画、習字、手芸、陶芸、木工等の作品を多数展示します。同時に第一・第二福祉センターの通所生が仕上げた手作り品も展示します。

▽**とき** 令和4年1月15日(土) 午前9時30分～午後6時 (25日(火)のみ午後3時まで)
※月曜日は休館

▽**ところ** 市立図書館
問 手をつなぐ育成会(小室)
☎090-9637-7740

案内
北茨城市・高萩市 Web企業PRについて

地元での就職を希望する方に対して、地元企業の魅力を紹介することを目的として、Web企業PRを実施しています。地元企業の魅力発見や求人票だけではわかりづらい情報収集の場としてご利用ください。

HP <http://www.kitaiya-shoko.jp/?p=11722>

案内
ハローワークの サービス拡大

ハローワークインターネットサービスがさらに便利になり、これまで以上にオンラインで受けられるサービスが広がりました。

皆さんの就職活動をハローワークがサポートします。この機会にぜひご登録ください。
▽**オンライン登録アドレス**
<https://www.hellowork.nhlw.go.jp/index.html>



問 ハローワーク高萩
☎22-2549

案内
第37回 美術文芸展覧会開催

第37回市美術文芸展覧会を、左記の日程で開催します(入場無料)。

▽**とき** 令和4年1月13日(木) 午前9時30分～午後5時
※1月17日(月)は休館、最終日は午後2時まで

▽**ところ** 天心記念五浦美術館 B・C展示室
【出品作品の受付】
▽**とき** 12月18日(土) 午前9時～正午
※受付は11時30分まで

▽**ところ** 市民ふれあいセンター大ホール
※出品手数料は、おつりのないようにご協力ください。なお、新型コロナウイルス感染症の感染拡大については、展覧会を中止することもあります。ご理解とご協力をよろしくお願いたします。
問 生涯学習課 生涯学習係 (早川) 内433





診療時間 午前9時～午後5時		
12/12 いそはらクリニック ☎ 30-1580 (磯原町)	12/31 市民病院 ☎ 46-1121 (関南町)	1/3 瀧病院 ☎ 42-1221 (磯原町)
12/19 市民病院 ☎ 46-1121 (関南町)	1/1 市民病院 ☎ 46-1121 (関南町)	1/9 なかの循環器科内科クリニック ☎ 30-1002 (中郷町)
12/26 家庭医療センター ☎ 43-1131 (中郷町)	1/2 市民病院 ☎ 46-1121 (関南町)	※新型コロナウイルス感染症予防のため、 受診する前に必ず電話してください。

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 ☎050-5445-2856

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 ☎050-5445-2856

12月 市立図書館 - December - 新刊図書

- 秋のカテドラル 遠藤周作
- ボーダーライト 今野敏
- 海神 染井為人
- 夜が明ける 西加奈子
- 弟切抄 森山光太郎
- 救国ゲーム 結城真一郎

市立図書館 ☎42-1451

12月～1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	1/1

□ は休館日です。

☆図書館おはなし会☆

12月1日(水)、8日(水)、15日(水)
午前10時～10時30分

☆エプロンシアター☆

12月11日(土) 午前10時～10時30分

☆メリアンさんの英語のおはなし会☆

12月25日(土) 午後2時～2時30分

☆ぼっぼのおはなし会☆

12月22日(水) 午前10時～11時

※最新情報はホームページをご確認いただくか、
図書館までお問い合わせください。

今月の納税

固定資産税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料
12月27日(月)

各種相談など

■元気ステーション総合相談窓口

医療や介護に関するご相談
平日 午前9時～午後7時
☎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

12月21日(火) 午前10時～午後3時
市役所4階401会議室
☎商工観光課 ☎362

■心配ごと相談

【地域福祉交流センター】
12月16日(木)、1月6日(木)
【大津町公民館】
12月9日(木)、12月23日(木)
どちらも午後1時～4時
☎社会福祉協議会 ☎42-0782

■精神保健相談(要予約)

12月8日(水)
☎健康づくり支援課
☎196

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により中止となる場合があります。

★無料相談★	法律相談	行政書士相談
と き	1月14日(金) 午後1時～4時30分	1月7日(金) 午後1時～5時
と ころ	い ず れ も 市 役 所 4 階 会 議 室	
電話予約開始日	1月7日(金)	12月27日(月)
申 込 方 法	指定の電話予約開始日の午前8時30分から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。	
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)
内 容	土地の問題や金銭貸借、離婚、相続など	相続や遺言、各種行政手続など

☎☎まちづくり協働課 広報広聴係(小山) ☎193

うちのアイドル! 募集中です!



中郷町 齊藤さん家

みつき 碧月ちゃん
1歳11カ月

2人のお兄ちゃんに負けないくらい
元気で、明るくて、笑顔の可愛いみつきちゃん。
お外大好き! お出かけ大好き!
これからたくさん笑って楽しく過ごそうね!

父: 誠さん / 母: 舞衣美さん

「広報きたいばらき」の紙面を彩る、市内在住で3歳以下のお子さんを募集しています! (写真は兄弟姉妹も可)

●**申込方法** お子さんの氏名、生年月日、保護者の名前と続柄、住所、電話番号、紹介文(50~80字)を申込書またはメールに記入し、写真(データ可、横写真推奨)を添えて下記へ

申問 まちづくり協働課 広報広聴係(山縣)内193
FAX 30-1350
Email info@city.kitaibaraki.lg.jp



わたしの夢パレット

僕の将来の夢



関本小学校 6年 木田 陽翔さん

僕の将来の夢は、消防士です。

一年生のころ、テレビで消防士が活躍する様子を見たことがあります。高いビルの上の階で火事が起きたとき、消防士が、火を消したり、逃げ遅れた人を救助したりしていました。それを見て、ヒーローみたいでかっこいいなと思ったのが、消防士を目指すきっかけです。

消防士は、火事や事故から人々を救う立派な仕事です。人の命を救うことは、簡単なことではありませんが、その分、やりがいや充実感、達成感などを感じることができると思っています。

四年生の時に、消防署に見学に行きました。そのとき、訓練の様子を見ました。消防士にはトレーニングルームもあって、体をきたえることがとても大切なんだなと思いました。

僕も、将来消防士になるために、体だけではなく心もぎたえて、たくさんの人たちを助けることができるようになりたいです。また、他人のことを思いやる優しさも大事だと思います。

これからも、毎日の学校の勉強や運動、部活動などをがんばって、夢に向かって進んでいきたいと思っています。



ピックアップ 市の名所

水戸黄門が名付け親 天妃山

大北川の河口付近に標高21・2メートル、県内で2番目の低さといわれている「天妃山」があります。天妃山という名前は水戸黄門で知られる水戸藩第2代藩主徳川光圀公が航海の守護神「天妃神」を祀り、磯原、大津の守護を祈願したことに由来すると伝えられています。社殿のある頂上までは徒歩5分ほどなので気軽に上ることができ、す。なお、県内で1番低いのは東海村の天神山で標高17・4メートルです。




市の人口と世帯 令和3年11月1日現在 ()内は前月比			
総人口	40,833人 (-42)	出生	18人 (+1)
男	20,303人 (-18)	死亡	45人 (-10)
女	20,530人 (-24)	転入	72人 (+10)
世帯数	16,946世帯(+4)	転出	87人 (+11)

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