

# 広報 きたばらき

Kitaibaraki city Information



## 謹賀新年

### ~CONTENTS~

- 市長・議長新年あいさつ②
- 子育て世帯への臨時特別給付金③
- 新型コロナワクチン追加接種④
- 第4回市議会定例会⑥
- 税申告のお知らせ⑧~⑩
- お知らせ掲示板⑱⑳
- 休日の当番医㉑

# 謹賀 新年



北茨城市議会議長  
前田利勝



北茨城市長  
豊田稔

## 新春を迎えて

謹んで新年のお祝いを申し上げます。

また、日頃より市議会に賜っております格別のご支援、ご協力に対しまして厚くお礼を申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症が日本で確認されてから2度目の新年を迎えることとなりました。その間、感染症拡大防止の観点から、議会での一般質問の中止や傍聴席の使用制限など、市民の皆様の市政参加の機会を奪う事態となったことにつきましては、誠に申し訳ない思いです。

しかしながら、世界では依然として危機的状況が続いており、市民の皆様の安心安全を確保する上での措置であることもご理解いただきたいと存じます。

昨年も一昨年同様、全国各地で様々な行事が中止・延期となりました。本市におきましても、市民夏まつりをはじめとする多くの行事が中止・延期となり、市民の皆様も残念に思われたことと存じます。

このような状況を踏まえ、市議会としましては本年も引き続き市執行部と協力し、様々な政策を提言してまいり所存です。子育て支援、教育環境の充実、生活基盤や都市基盤の整備など、ウィズコロナ時代に市民の皆様が安心安全に暮らせるよう努めてまいります。

困難な状況が続きますが、今後とも市議会に対しましてご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、一日でも早く本来の生活に戻り、市民の皆様お一人おひとりが笑顔で健やかに過ごせる一年となりますことを心よりご祈念申し上げます。年頭のご挨拶といたします。

## 誰もが住みたい 安らぎと活力にあふれるまちを 目指して

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

初めに、新型コロナウイルス感染症により不自由な生活を送られている皆様に心からお見舞い申し上げます。また、当該感染症対応の最前線で多大なるご尽力をくださっている皆様並びに当該感染症の感染拡大防止にご協力いただいております皆様に厚くお礼申し上げます。お陰をもちまして、昨秋、感染者数が大幅に減少し、コロナ禍の世界に一筋の光明が差し込まれました。

本市では、市民の皆様の命と健康、そして暮らしを守るため、県のリスクレベルに基づく感染拡大防止策の実施に加え、関係機関等と連携した医療提供体制の整備などに全力で取り組んでまいりました。また、地域経済を支えるため、国や県との連携による事業者に対する一時金の支給や中小企業等の資金繰りを支援するなど、様々な緊急対策を講じるとともに、第5次総合計画に示す市民共創によるまちづくりを進めているところです。

さて、新たに迎えます本年も、依然として厳しい社会状況が続くものと見込まれます。しかし、本市には震災に負けない市民一人一人の強い意志と行動力により、一步一步復興への歩みを進めた経験がございます。

私は、勇気をもって、信念を貫く時、新しい扉は開くものと信じております。今こそ、私たちは相手を思いやり、支え合うことが大切です。市政運営は、こうした考えの下「誰もが住みたい 安らぎと活力にあふれるまち」の実現に向けた施策を一步ずつ着実に進めてまいりたいと存じますので、これまでと変わらないご支援とご協力をお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様にとりまして、幸多き年となりますよう心から祈念申し上げ、新年のご挨拶といたします。

# 令和3年度 子育て世帯への臨時特別給付金について



市では児童手当受給者（特例給付受給者および公務員を除く）に対する、児童（施設入所等の児童を除く）1人あたり10万円の給付金支給手続きを行っていますが、次に該当する方は、給付金を受給するための申請が必要になりますのでご確認ください。なお、所得制限限度額（※）以上の方は、給付金を受給できませんのでご注意ください。

平成15年4月2日から令和4年3月31日までに生まれた児童を養育している主たる生計維持者で、市の児童手当受給者として登録のない方（公務員や高校生該当年齢者のみの世帯）	 <b>市から1月から 順次通知させてい たきます。</b>
令和3年11月1日から令和4年3月31日までに生まれ本市で住民登録をした児童（令和3年10月生まれまでは通知しています）を養育している本市に在住の主たる生計維持者	
本年9月30日時点で平成15年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた児童を養育している、または平成15年4月2日から令和4年3月31日までに生まれた児童を養育している本市に在住の主たる生計維持者（寮生活、就職、留学、単身赴任等の理由により児童が市外に住所を有している場合）	 <b>お手数ですが 子育て支援課まで ご連絡をお願いし ます。</b>
配偶者から暴力を受けている方	

令和4年1月31日を過ぎても市からの通知がない方は、お手数ですが下記までご連絡をお願いします。

## （※）所得制限限度額

扶養親族等の数 (カッコ内は例)	所得額 (万円)	収入額の目安 (万円)
0人 (前年末に児童が生まれていない場合 等)	622	833.3
1人 (児童1人の場合 等)	660	875.6
2人 (児童1人 + 年収103万円以下の配偶者の場合 等)	698	917.8
3人 (児童2人 + 年収103万円以下の配偶者の場合 等)	736	960
4人 (児童3人 + 年収103万円以下の配偶者の場合 等)	774	1002
5人 (児童4人 + 年収103万円以下の配偶者の場合 等)	812	1040

○「扶養親族等の数」は、所得税法上の同一生計配偶者および扶養親族（里親などに委託されている児童や施設に入所している児童を除く。以下、「扶養親族等」という。）並びに扶養親族等でない児童で前年の12月31日において生計を維持した者の数をいいます。

扶養親族等の数に応じて、限度額（所得額ベース）は、1人につき38万円〔扶養親族等が同一生計配偶者（70歳以上の者に限る）または老人扶養親族であるときは44万円〕を加算した額となります。

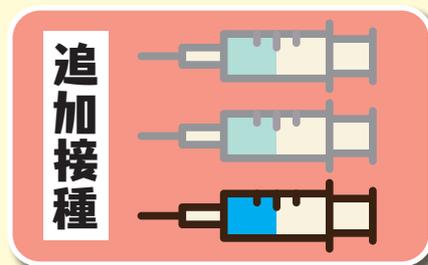
○「収入額の目安」は、給与収入のみで計算しています。あくまで目安であり、実際は所得額で所得制限を確認します。

**最新の情報は市のHPでご確認ください。** 子育て支援課 児童福祉係（会沢、鈴木） ☎ 134



## 新型コロナワクチンの追加接種（3回目接種）について

国から新型コロナワクチンの2回目接種完了から原則8カ月以上経過した方を対象に追加接種（3回目接種）を行う方針が示されました。



### 本市における追加接種について

#### 追加接種の方針

2回目の接種が終了した方から、順次、接種を進めていきます。

なお、1、2回目の接種が終了していない方、12歳の誕生日を迎えて新たに接種対象となるお子さんに対しても接種を継続していきます。

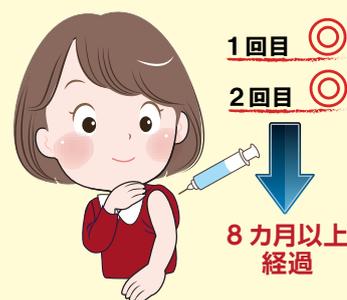
#### 対象者

2回目の接種完了から原則8カ月以上経過した接種当日18歳以上の方

※国や県の方針により対象者が変更となる場合があります。

#### 接種回数

1回



#### 接種開始時期

令和3年12月以降、順次開始予定

市内勤務の医療従事者については、令和4年1月頃の接種を予定しています。

高齢者向けの接種は、2月頃から開始予定です。1、2回目接種同様、高齢者施設から順次始めていきます。

※国や県の方針やワクチンの供給状況により変更となる場合があります。

#### 接種方法

集団接種、個別接種、施設接種、在宅接種を実施します。

1、2回目接種と同じ場所で追加接種を受けることを基本とします。

#### 接種券の送付

医療従事者接種、施設接種の方へは、所属団体ごとに接種券を送付します。

一般の高齢者の方には、予約の混乱を避けるため2回目接種の時期に応じて接種券を分割して順次発送します。Webまたは電話（コールセンター）でご予約をお願いします。

問 新型コロナウイルス接種推進室 内 2 2 4



# 新型コロナワクチン接種事務補助者を募集します

市では、2月以降に新型コロナワクチン追加接種事業を行う予定で、下記のとおり、接種事業に従事できる方を募集します。

- 1 内 容 新型コロナワクチンコールセンター事務および集団接種会場運営補助
- 2 募集人員 20名程度
- 3 従事期間 2月1日～6月末日頃
- 4 要 件 健康に自信のある方  
土日祝日の勤務ができる方  
**PCを操作できる方**  
※PCでワクチン接種予約手続を行える方
- 5 従事時間 1週間(土日祝日を含む)のうち、4日程度  
午前8時30分～午後5時15分
- 6 条 件 日給6,957円 別途交通費支給
- 7 申 込 先 履歴書(写真貼付)を健康づくり支援課に持参または郵送  
令和4年1月14日(金)必着  
書類選考を通過した方のみ面接のご連絡をします。



**申問** 北茨城市 市民福祉部 健康づくり支援課(板橋、平尾)  
〒319-1592 北茨城市磯原町磯原1630番地 内 225



市では、会計年度任用職員として働ける方を募集します。

事務職をはじめ北茨城市のために働きたいと考えている方は、ご登録をお願いいたします。

※会計年度任用職員を採用する際、あらかじめ登録していただいた方の中から条件にあった方を面接等により任用の決定をします。

なお、登録したことですぐに任用されるわけではないことをご了承ください。

**▽応募職種**  
事務職、専門職(保育士など)、  
現業職(作業員、用務員など)

**▽応募資格**  
左記のいずれにも該当しない方  
・禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで、またはその執行を受けることがなくなるまでの方  
・本市において懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない方

・日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、またはこれに加入した方

**▽勤務条件等**

- ・任用期間 令和4年4月1日から令和5年3月31日までの1年以内
- ・勤務時間 午前8時30分から午後5時15分までのうち指定する時間

(原則 休憩60分)

※業務により異なります。

・賃金 業種により異なります。

※勤務条件により期末手当あり

・交通費 2 km以上の方で交通用具を使用している方に距離に応じて支給

・福利厚生 社会保険制度、年次有給休暇制度あり

・その他 勤務条件は業務により異なります。

**▽登録期間**

履歴書等を提出してから1年間

**▽その他**

4月1日から任用する職種等詳細は令和4年2月上旬頃に決定しますので、ホームページを参照するか、左記へお問い合わせください。

**▽申込方法**

市指定の履歴書、申出書等(人事課備付)に必要な事項を記載し、左記窓口へ

※随時受け付けていますので、早めの提出をお願いします。

**申問** 人事課 人事厚生係  
(神長、滑川) 内 2222、2223





令和3年第4回市議会定例会が11月30日から12月14日まで、15日間の会期で行われました。  
この議会には、公平委員会の委員の選任や茨城北農業共済事務組合の解散、令和3年度一般会計補正予算案など、議案18件が提出され、慎重

## 第4回 市議会定例会

令和3年度北茨城市一般会計  
補正予算など議案17件を可決

に審議された結果、17件が原案どおり可決され、1件が継続審議となりました。

**■可決された主な議案**

◎公平委員会の委員の選任について

公平委員会委員の3氏が12月25日をもって任期満了となり、渡邊あけみ氏が引き続き選任され、鈴木安昭氏および柏豊嬉氏の後任として関辰洋氏および乾孝之氏が選任されることについて同意されました。

◎茨城北農業共済事務組合の解散について

農業共済事業の効率化を図るため、茨城北農業共済事務組合を解散し、県内の4団体を母体とした新たな組織として「いばらき広域農業共済組合(仮称)」の設立に向けた協議を行うことについて可決されました。

**■可決・承認された主な予算**

◎令和3年度北茨城市一般会計補正予算(第5・6号)

新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により売上げが急減した事業者に対する事業者支援一時金を支給するほか、新型コロナウイルスワクチン接種事業に係る費用や道路補修事業費等を増額するなど、2億7333万5千円を増額し、歳入歳出予算総額が188億7414万6千円になりました。

# あんこうサミット2022を開催します!

市内のあんこう料理がずらり！  
今年は市内業者のみに限定し開催します。地元の特産品であるあんこうのおいしさを発信！あんこう鍋、どぶ汁、あんこうグルメをお楽しみください。

当日はマスクの着用、入口での検温・消毒ご協力ください。

また会場への酒類の持ち込みは禁止です。



**【とき】** 1月29日(土) 午前10時～午後2時(入場9時30分～)

**【ところ】** 漁業歴史資料館よう・そろー

**【主催】** あんこうサミット実行委員会

新型コロナウイルス感染症の拡大状況により中止となる場合がありますのでご了承ください。

問 商工観光課 観光係 (吉田、平尾、滝) 内 363

あんこうサミット  
ホームページはこちら



1/31  
締切

(事業者向け)

## 新型コロナウイルス感染症に関する市独自の支援制度

県が行った「営業時間の短縮要請」および「不要不急の外出並びに移動の自粛要請」により影響を受けた中小企業および個人事業者を支援します。

茨城県営業時間短縮要請等関連事業者支援一時金（令和3年4～6月、8～9月）対象事業者向けの制度です。

### 事業者支援一時金

令和3年4～9月のいずれかの月の売上げが、令和2年（または令和元年）の同月比で、30%以上減少し、以下のいずれかに該当する市内に事業所等がある中小企業者もしくは個人事業主

(1) 営業時間短縮要請に協力した飲食店、カラオケ店、大規模集客施設と直接取引がある事業者

例えば **食品加工・製造事業者** 総菜製造業者、飲料加工事業者、酒造業者等

**器具・備品事業者** 食器・調理器具・備品・消耗品(おしぼり等)の販売業者等

**サービス事業者** 接客サービス業者、清掃事業者等

**流通関連事業者** 卸・仲卸等

(2) 外出自粛要請により直接的な影響を受けた、主に対面で個人向けに商品やサービスを提供する事業者

例えば 飲食事業者(営業時間短縮要請対象外の飲食事業者等)、宿泊事業者

文化・娯楽サービス事業者、冠婚葬祭事業者、旅行関連事業者、小売事業者

教育・スポーツ関連事業者、その他サービス事業者、旅客運送事業者

イベント関連事業者、理・美容、生活衛生関連事業者

(3) 給付金の申請日までに3カ月以上引き続き事業を営み、今後も事業を継続していく意思があること

(4) 市税(法人の場合は代表者の市税を含む)を滞納していないこと

(5) いばらきアマビエちゃんの登録事業者であること

(6) 北茨城市暴力団排除条例第2条第1号と第3号で定める暴力団関係者でないこと

(7) 県営業時間短縮要請等関連事業者一時金支給要綱第3条(不支給要件)の規定に該当しないこと

※令和3年4～6月、8～9月の飲食店への県新型コロナウイルス感染症拡大防止営業時間短縮要請を受けた事業者、協力金を受給した事業者は対象外です。

### 支給額

1事業者当たり一律20万円(1回限り)

◎申請期限 令和4年1月31日(月)

※申請要件など詳しくは市ホームページで確認いただくか下記へお問い合わせください。

申問 商工観光課(岸、横田) 内362

### 就学援助 (準要保護児童生徒援助) 制度のお知らせ

市では市内の小中学校に就学している児童生徒の保護者で、経済的な理由により学校で必要な費用の支払いが困難な方に対して、必要経費の一部を援助しています。援助を受けるためには「準要保護児童生徒」として認定を受けることが必要です。援助を希望する場合は、お子さんが通学している学校へご相談ください。

また、来年度入学予定者には、新入学用品費を入学前に支給しています。小学校入学予定者には、各学校の新入学説明会時に案内を配布します。

・準要保護とは「要保護(生活保護)に準ずる生活状況のことをいいます。

・支給されるものは、学用品費、通学用品費、学校給食費、修学旅行費、校外活動費などです(一部限度額があります)。

・支給は、認定された月からその年度の年度末までです。

問 各小中学校  
教育総務課 総務学務係

(遠山) 内452





## 市民税・県民税と所得税の申告を忘れずに

2月14日(月)～3月15日(火)

市民の皆さんが正しく申告できるように、左記の日程で申告相談を行います。

例年、会場は大変混雑しています。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、e-Taxでの電子申告または郵送での申告書の提出にご協力をお願いします。

また、来場の際は、会場内の混雑を避けるためにも、できる限り地区ごとの指定日にお越しください。

(申告期限間近は、特に混雑が予想されます)

※申告期間中は、税務課窓口での申告相談を行っていません。

### 申告が必要な方

- ・令和3年中に営業、不動産、農業、一時所得、土地の譲渡などの所得があった方(所得金額が20万円以下の場合でも市民税・県民税の申告は必要)
- ・中途就職、退職などで、給与の年末調整がされていない方
- ・給与支払報告書が勤務先から市役所に提出されていない方
- ・医療費控除、住宅借入金等特別控除などを受ける方
- ・令和3年中に収入がなかった方で、国民健康保険や後期高齢者医療保険に加入している方、国民年

金の減免申請をする方、その他所得証明書などが必要な方

### 申告に必要なもの

・マイナンバーカード

※申告書にマイナンバーの記載が義務付けられていますので、忘れずにお持ちください。マイナンバーカードをお持ちでない方は本人確認書類をお持ちください。

・源泉徴収票、事業主の支払証明書、収入明細書、帳簿などの所得の計算に必要な書類(事前に集計したうえでお越しください)

・社会保険料の領収書または納入証明書(左表の会場で申告する方は、市へ納付した国民健康保険税、介護保険料および後期高齢者医療保険料の領収書または納入証明書の提示は、必要ありません)

・生命保険料、地震保険料などの控除証明書(加入している保険会社から発行されます)

・障害者控除を受ける方は、障害者手帳または福祉事務所から交付された認定書

・医療費控除を受ける方は、令和3年中に支払った医療費などと保険金などで補填された金額を記載した医療費控除の明細書またはセルフメディケーション税制の明細書

明細書は、各個人の医療機関または薬局ごとの合計額を集計し、必ず事前に作成のうえ、会場に持参してください。

なお、健康保険組合などが発行する「医療費のお知らせ」がある場合は、そちらを添付することによって、明細書の記入を簡略化することができます。

・所得税の還付申告をする方は、還付先の口座番号が分かるもの(申告者本人名義に限ります)

・「確定申告のお知らせ」が「お知らせ通知書」が送付されている方は、申告に必要となる情報が記載されていますので、必ず持参してください。

・退職所得がある場合は、退職所得の源泉徴収票。

### 郵送による申告書の提出

・市民税・県民税申告書についてはご自身で申告書を作成のうえ、郵送または下記窓口へ提出することも可能です。市民税・県民税申告書を郵送で提出する際は、源泉徴収票や生命保険料控除証明書などの書類は、添付不要です。

・確定申告書については日立税務署へ郵送で提出することも可能です。確定申告書を郵送する際は、申告内容により添付が必要となる書類が異なります。詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

※添付の必要ない書類については、5年間保管する必要があります。

### 令和3年分からの税制改正(一部抜粋)

・住宅借入金等特別控除の期間延長  
消費税率10%引き上げ後、住宅に一定の期間中に契約かつ居住の用に供した場合、控除期間を13年間とする住宅ローン控除の特例措置が延長となりました。10年以上の住宅ローンに有する方で、新築住宅については令和3年9月30日まで、建売・中古住宅の購入・増改築等については令和3年11月30日までに契約しており、令和4年12月31日までに居住を開始した住宅が対象となります。

その他、税制改正の詳細については市ホームページに掲載していますので、そちらをご覧ください。

☎ 税務課 市民税係

(斉藤、野口) ☎ 1511-155

### 新型コロナウイルス感染症対策

- ◆こまめな換気・消毒、飛沫防止パネルの設置および職員のマスク着用などの対策を徹底します。
- ◆申告会場入場の際に検温を実施します。体調のすぐれない方は、来場を控えてください。
- ◆マスクを着用し、入口等でのアルコール消毒をお願いします。
- ◆できる限り少人数でお越しください。

# 令和4年度 申告相談日程表

期日	会場	対象地区	期日	会場	対象地区
2月14日(月)	花園地域交流センター	花園(午前9時～11時)	3月1日(火)	市役所(4階会議室)	華川町 (2月28日の指定地区以外)
	才丸農村集落センター	才丸(午前9時～11時)	2日(水)		磯原町 (内野・大塚・木皿)
	小川田園都市センター	小川 (午後1時30分～2時30分)	3日(木)		磯原町(豊田・上相田)
15日(火)	生涯学習センター 『とれふる』 (旧関本第一小学校)	平潟町、 大津町(北町除く)	4日(金)		磯原町 (本町・磯原1丁目～6丁目)
16日(水)		関本町 (小川・才丸を除く)	6日(日)		市内全域
17日(木)		関南町(仁井田・里根川)、 大津町(北町)	7日(月)		磯原町 (磯原1～1899番地)
18日(金)		関南町 (神岡上・神岡下・関本下)	8日(火)		磯原町 (磯原1900番地～)
21日(月)		中郷町 (小野矢指・栗野・日棚)	9日(水)		市内全域
22日(火)		中郷町(石岡・松井)	10日(木)		
24日(木)		中郷町(汐見ヶ丘)	11日(金)		
25日(金)		中郷町 (上桜井・下桜井・足洗)	13日(日)		
28日(月)		市役所(4階会議室)	華川町 (白場・車800番地～)		
					15日(火)

◆受付時間：午前8時30分～11時30分  
午後1時～4時  
※花園、才丸および小川は表に記載のとおり

## 65歳以上の方の 障害者控除について

65歳以上で介護認定のある方は、所得税・市県民税の障害者控除の対象になる場合がありますので、障害者控除対象者認定書の申請をしてください。

### ▽該当すると思われる方

介護認定を受けている方で、寝たきりまたは認知症の状態にある方  
※身体障害者手帳を持っている方は、申請の必要はありません。

### ▽申請方法

介護認定を受けている方と申請する方の印鑑を持参のうえ、左記窓口へ(認定結果は後日郵送)

【申問】高齡福祉課 高齡者支援係  
(武子) ☎121

## 新成人の皆さんへ

### 20歳になったら国民年金

国民年金は、老後やいざというときの生活を現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

### 【国民年金のポイント】

#### ▽将来の大きな支えになります

国民年金は20歳から60歳までの方が加入し保険料を納める制度で、国が責任を持って運営するため、安定しており、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

▽老後のためだけのものではありません



## 日立年金事務所

☎0294-2412125

【申問】保険年金課 医療年金係  
(石森) ☎186

### ▽保険料の納付が経済的に困難な場合は、保険料免除制度があります

・学生納付特例制度  
学生で前年所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

### ・納付猶予制度

学生でない50歳未満の方で、本人および配偶者の前年所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。



## 日立税務署からのお知らせ

### ◇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

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を用いて、確定申告会場に出向かなくても、マイナンバーカードをお持ちの方はマイナンバーカード対応のスマホまたはICカードリーダーライターを利用して、e-Taxで申告書を提出できます。また、印刷して郵送等で税務署に提出することもできます。  
感染防止の観点からも、ぜひご自宅からe-Taxをご利用ください。

#### 《確定申告などに関するお問合せ》

国税庁ホームページ「確定申告特集」をご利用ください。

#### 《e-Tax・作成コーナーの操作などに関するお問合せ》

「e-Tax・作成コーナーヘルプデスク」(☎0570-01-5901)

【受付】月曜～金曜(祝日等および12月29日～1月3日を除きます)

### ◇所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を開設します

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。

国税庁 LINE 公式アカウント▶



期間 (土日祝日を除く)	確定申告会場	対象の方
1月4日～31日	日立税務署庁舎	還付申告の方 (贈与税については2月1日(火)以降)
2月1日～15日	日立シビックセンター マーブルホール ※駐車場有料	
2月16日～3月15日		全ての方

※2月20日と2月27日は、中央ビル(水戸市)4階で行います。日立シビックセンターマーブルホールでの申告相談は行いません。

※スマホをお持ちの方は、確定申告会場でスマホを利用して申告書を作成していただきます。

【受付時間】 午前9時～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。

### 申告会場での新型コロナウイルス感染症対策

本年の申告会場は、新型コロナウイルス感染症の感染防止策を講じたうえで開設します。

- ◆こまめな換気・消毒、飛沫防止パネルの設置および職員のマスク着用などの対策を徹底します。
- ◆申告会場入場の際に検温を実施します。37.5度以上の発熱が認められる場合は、原則として入場をお断りさせていただきます。体調のすぐれない方は、来場を控えていただくようお願いします。
- ◆マスクを着用していただき、入口等でのアルコール消毒をお願いします。
- ◆できる限り少人数でお越しください。



## 北茨城市・行商サービス ～食料品等移動販売サービス～

買い物に出かけにくい方・交通手段のない方などに、週3回市内各地で食料などの移動販売を行っています。広報音楽を流しながら巡回していきますので、皆さんのご利用をお待ちしています。

◆令和4年1月～3月期ルート【1月12日(水)～3月23日(水)】

時間	午前			午後		
	10:30	11:00	11:30	2:00	2:30	3:00
月	大津漁港北津之神社	大津復興住宅第1棟	【無料個別配達】 ☎42-2511	華川町小豆畑里見 山縣様宅	中郷町日棚上田	中郷町下桜井海沿い 島崎様宅
水	平潟町本町通り	平潟町 東	平潟町大黒屋水産	関本中公民館	関本町あかね会	関南町北茨城観光バス(3:30頃)
金	平潟町鹿野原団地	平潟復興住宅第2棟	五浦2丁目 鐵様宅	大津浜道団地 真壁様宅	大津浜道団地 幕田様宅	関本町福田境橋(境川)

※祝日はお休みです。

- ・詳しい営業日について知りたい方にはチラシをお送りします。
- ・行商サービスは無料でご自宅までの直接配達も行っています。
- ・ルート巡回のご要望がありましたら右記までご連絡ください。



問 市商工会 ☎ 42-2511

## 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!!

川辺にいるときに津波警報が発令された。最適な行動は？



- (1) 川の上流に向かって逃げる
- (2) 川の流れに対して直角の方向に逃げる
- (3) 堤防がある場合は逃げなくてもよい

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

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

大きな地震が発生した際は、津波にも注意する必要があります。気象庁では、地震が発生し津波が予想される場合には、大津波警報、津波警報または津波注意報を発表します。

これらの情報が発表された際には、避難の指示を待たずに、ただちに海岸から離れ高台等へ避難してください。

種類	予想される津波の高さ	取るべき行動
大津波警報	10m超	沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。
	10m(5m～10m)	
	5m(3m～5m)	
津波警報	3m(1m～3m)	沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。
津波注意報	1m(0.2m～1m)	海の中にいる人は、ただちに海から上がって海岸から離れてください。

※気象台HPより  
(津波警報・注意報、津波情報、津波予報について)

津波警報が発令されたとき、川沿いから避難するときは、川の流れに対して直角の方向に逃げる。堤防がある場合は逃げなくてもよい。



**令和3年度  
茨城県青少年相談員  
知事褒賞表彰**

永年にわたり青少年相談員として地域の巡回活動や、環境健全化啓発活動等を積極的に行い、青少年の健全育成・非行防止に貢献したとして、市内から次の方が表彰されました(敬称略)。

▽茨城県青少年相談員知事褒賞

〈永年活動者〉

菊池 健一郎

小関 裕子

問 生涯学習課 生涯学習係

(小野) 内 4 3 2

**「介護マーク」を  
ご活用ください**

認知症の方の介護は、周囲の方から見ると介護していることが分かりにくいいため、誤解や偏見を持たれることがあります。そこで、介護する方が介護中であることを周囲の方に伝わるように「介護マーク」を作成し、配付しています。

認知症の方や障がい者を介護されている方は、このマークを介護の中心が必要なおきに活用ください。



▽配布場所 高齢福祉課

問 高齢福祉課 高齢者支援係 (武子) 内 1 2 1

**第31号 読書感想文集「かりがね」入選**

◆読書感想画



ガラスのなかのくじら  
酒井 陽斗 (中一小1年)



あなふさぎのジグモンタ  
伊藤 快生 (精華小2年)



ハンカチともだち  
舟山 来夏 (精華小3年)



ゆりの木荘の子どもたち  
森田 このみ (精華小4年)



オオカミ王ロボ  
海老澤 良佑 (中一小5年)



十年屋 時の魔法はいかがでしょう？  
川崎 愛花 (大津小6年)

◆読書感想文

【小学生の部】

- |               |               |               |
|---------------|---------------|---------------|
| 寺島 悠真 (中妻小1年) | 鈴木 祥悟 (大津小1年) | 後藤 勇輝 (中一小2年) |
| 鈴木 大翔 (中二小2年) | 高倉 優馬 (関本小3年) | 小川 栄路 (明德小3年) |
| 馬上 愛奈 (中妻小4年) | 安嶋 一紗 (明德小4年) | 柏 佑佳 (精華小5年)  |
| 小峯 綾香 (平潟小5年) | 豊田 菜々 (大津小6年) | 田原 昌磨 (精華小6年) |

【中学生の部】

- |               |               |               |
|---------------|---------------|---------------|
| 有賀 陽菜 (磯原中1年) | 作山 愛理 (磯原中1年) | 菅原 梨愛 (磯原中2年) |
| 関澤 沙衣 (関本中2年) | 水谷明花音 (磯原中3年) | 鈴木 咲々 (中郷中3年) |

問 市立図書館 (山野辺) ☎ 42-1451

統計グラフィコンクール  
受賞おめでとう  
かわらます

統計に興味を持ち親しんでもらおうと毎年開催する小中学校統計グラフィコンクールが行われ、31作品、73名の応募がありました。  
令和3年9月に審査を行い、31作品の中から3作品を市長賞として選出しました。

※第1部(小学1・2年生)、第4部(中学生)は応募者なし

【第2部(小学3・4年生)】

『自分も主役！みんなも主役！今から出来るよ！SDGsアクション！』

- 小峰 樹月(大津小3年)
- 角場 小羽音(大津小3年)
- 富田 惺波(大津小3年)



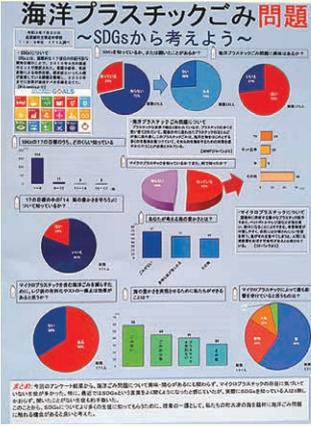
【第3部(小学5・6年生)】

『ぼく達私達、自分を表現出来る？』  
『自分らしさって何だろう？』  
高倉 麻帆(関本小5年)



【パソコンの部(小中共通)】

『海洋プラスチックごみ問題』  
『SDGsから考えよう』  
石川 海輝(常北中2年)



企画政策課 情報政策係

(細金) 内236

歴史民俗資料館収蔵の資料が語る  
北茨城市の歴史(八)

はじめに

皆さんは、「西丸帯刀」という人物をご存じでしょうか。  
安政7(1860)年(暗殺は3月3日、同月中に改元して万延元年)、水戸浪士らが江戸城桜田門外で、ときの大老井伊直弼を暗殺した「桜田門外の変」が起こりました。その大事件後の7月、水戸藩と長州藩の有志間で「成破の盟約」が結ばれました。

この盟約の内容は、水戸藩側が当時の悪政の体制を破り、長州藩側がその後に幕政改革を成す、といったものでした。この盟約の長州藩側の中心が、桂小五郎(のちに明治維新の三傑と称された木戸孝允)で、水戸藩側の中心がこの西丸帯刀です。

西丸帯刀は、江戸時代後期の文政5(1822)年、現在の磯原町磯原の名家である野口家に、次男として生まれました。のちに現在の天津町(当時は大津村)のある西丸家へ婿養子に入りました。はじめは義勝、のちに亮と名乗りました。帯刀は通称です。



写真 西丸帯刀肖像パネル(当館蔵)

磯原の野口家は、童謡詩人の野口雨情が出た家であることは、皆さんもご存じの事と思いますが、西丸帯刀は、野口雨情の大叔父にあたります。野口家、西丸家どちらも、水戸藩初代藩主の徳川頼房の時に、郷士(郷存在住の武士)に取り立てられました。

西丸帯刀は、激動の幕末、政情が不安定な水戸藩の中で独自の立ち位置で活動し、戊辰戦争では、官軍として水戸藩の出兵に伴い出陣、箱館戦争まで活躍しました。その後は明治3(1870)年、水戸藩の北海道開拓の現地責任者に任じられ、開拓に努めました。

明治4(1871)年の廃藩置県後は、大津に戻り、全ての公職から身を引き、政治に無縁な隠遁生活を送ります。そして大正2(1913)年、92歳で亡くなりました。

令和4(2022)年は、西丸帯刀生誕200年

今年、西丸帯刀が生誕して200年の年です。昨年は、磯原海岸広場とともに、吉田松陰の磯原大津遊歴の記念碑が整備されました。また、当市は「大津浜異人上陸」など、歴史的な事件の舞台でもあります。西丸帯刀を中心に、当地域の幕末の歴史を考えてみたいと思います。

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」開催中です。

期間：12月15日(水)～令和4年2月6日(日)  
★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

11月  
19日

## 90年ぶり ほぼ皆既な部分月食

月の一部が欠けて見える『部分月食』、皆さんはご覧になりましたか？

今回の部分月食は月の直径の約98%が隠れる、ほぼ皆既月食に近い状態の月食でした。今回と同じように、限りなく皆既に近い部分月食が全国で見ることができたのは、約90年前以来だそうです。

90年ぶりの時間を、空を通じ全国で共有できたといえるかもしれませんね。



11月  
2~22日

## 自分の身は自分で守ろうね！

市内の各幼稚園、保育園で防災教室が開催されました。

防災映画と寸劇を通し災害が起きた時どうするかを学びます。市の女性消防団員が行った寸劇では地震や津波の絵が描かれたカードを見て、実際に災害が起こった時にとるべき行動を、実際に体を動かしながら覚えました。

いざという時に落ち着いて行動できるようしっかり覚えておきましょうね。



11月

19.20.21.23.26.27.28日

## 地域連携プロジェクト

### 「メゾン・ケンボクのちょっと何かはある2021」



県北地域おこし協力隊マネジメント事業の一環として「メゾン・ケンボクのちょっと何かはある2021」が開催されました。

本市では、元地域おこし協力隊で現在集落支援員として活動している石渡のりおさんと、妻・ちふみさんのアートユニット「檻之汰鷲」が揚枝方地区での活動を紹介しながら散策する企画を実施し、多くの方が参加しました。

高齢化が進む当地区において、地域全体をひとつのランドスケープアートに見立てて行ってきた様々な地域活性化の取組について、参加した方も大変興味深い様子でした。



12月  
2日

## 楽しみにしていた自然薯収穫

華川小学校で6月に植え付けられた自然薯が収穫の時期を迎え、児童の皆さんが講師から手ほどきを受けながら収穫作業を行いました。地中のシートから外れて育った自然薯は地中深く伸びているため、掘り起こすのに一苦労しながらも笑顔があふれていました。「家族全員でとろろごはんを食べるのが楽しみ」と話す児童もあり、風邪をひかないようにしっかり食べてください。

# 第36回 北茨城市スポーツ少年団交流大会

【単位団対抗リレー】 11月6日(土) サッカー・ラグビー場

	優勝	準優勝	第3位
高学年男子の部	中郷 FC A	常北ジュニアサッカースポーツ少年団 A	中郷 FC B
高学年女子の部	常北ジュニアサッカースポーツ少年団 A	磯原バレースポーツ少年団 A	常北 ANGELS ミニバスケットボール少年団 A
低学年の部	中郷 FC A	磯原 FC スポーツ少年団 A	常北ジュニアサッカースポーツ少年団 A

# 第13回中学校野球選抜対抗戦北茨城大会

11月6日(土)、7日(日)、14日(日)、20日(土) 磯原地区公園野球場

優勝	準優勝	第3位
下妻市東部中学校	いわき市立小名浜第一中学校	城里町立常北中学校 古河市立総和南中学校

最優秀選手賞：  
鶴沼 晃平（下妻市立東部中学校）  
敢闘賞：  
青谷 虎珀（いわき市立小名浜第一中学校）

問 生涯学習課 スポーツ振興係（富岡）内 422

## 中郷中学校の駅伝力

男女そろって全国大会へ

中郷中学校駅伝部

11月10日に開催された茨城県中学校駅伝競走大会で優勝した中郷中学校駅伝部の生徒たちが市役所を訪れ、豊田市長に県大会優勝と全国大会への出場を報告しました。17人の選手たちを前に市長から「男女そろって優勝したことがすごい。自分をサポートしてくれる人がいるから走れるという感謝の気持ちを忘れないでほしい。大谷翔平選手のように夢を持ち続けることが成功につながる。せっかく次のステージに進める機会を得たのだから、精いっぱい頑張ってほしい」とエールが送られました。全国大会は12月19日。皆さんの活躍を期待しています。



## 伝統のタスキをつないで



▲1区スタート

今年で70回目を迎える伝統の「町内一周駅伝大会」が行われ、地区別に分かれた選手たちがタスキをつなぎました。ケーズデンキをスタートし、その名のとおり中郷町内を一周する9区間、22・2キロのコースで、男子が5区間、女子が4区間を走ります。

レースは途中から石岡Aチームの独走となり、応援の生徒が待つ中郷中学校に先頭で飛び込みました。優勝した石岡Aチームのアンカーを務めた青山虎溜（たける）さんは、ゴール後「みんなが2位との差を広げてつないでくれたおかげで楽しく走れました」とチーム全員でつかんだ勝利を喜んでいました。

この大会も中郷中学校駅伝部の伝統的な強さに一役買っているのかもしれない。

## 【上位の成績】

- ①石岡 A
- ②栗野 A
- ③松井 A



▲歓喜のゴール



▲男子から女子へタスキリレー



## 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4年1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・5) 五十嵐 (第2) 吉本 (第4)	吉本	五十嵐
		海老澤	横谷	海老澤	飯塚	吉本 (第1・3) 横谷 (第2・4)
		梶川 (第1・3・5) 幸田 (第2・4)	幸田(第1・3・5) 海老澤(第2・4)	鈴木	幸田	海老澤
	午後	五十嵐	横谷	横谷 (第1・3・5) 五十嵐 (第2) 吉本 (第4)	海老澤(第1・3・5) 吉本 (第2・4)	五十嵐
		海老澤	梶川	幸田 (第1・3・5) 海老澤 (第2・4)	梶川	幸田
		幸田	幸田	梶川	飯塚	海老澤(第1・3・5) 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	電話予約	△ (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

### わたしの健康づくり

関南町

菊池 菊松さん 86歳

本コーナーでは、市民の皆さんの健康観や健康づくりに向けた取り組みなどを紹介していきます。

「自分で選んで自分で買う。このプロセスが私のいきがい」とても元気そうにみえますが、昨年は元気がなかったとお聞きしました。

そうなんです。自身の年齢、また脊柱管狭窄症という病気があることを考え、昨年車の運転をやめました。私にとって車の運転をやめることは、同時に行動範囲を制限することにもなります。ただやはり、大きな事故を起こしてしまつてからでは遅いと考え、このような大きな決断をしました。車の運転をやめて徒歩での移動に切り替えたのですが、散歩中に何度も転倒をしてしまい、家族からはそれすらも止められてしまいました。本当に落ち込み、自暴自棄になりましたね。

元気を取り戻したきっかけはなんですか

友人がシニアカーに乗っているのを見て、「自分にはこれが合っているのではないか」と思いました。これは私の場合ですが、シニアカーに乗るようになってから顔色がよくなり、元気になりました。

理由は、シニアカーがあることで「自分が行きたい時に外出できるんだ」と思えることが、気持ちにゆとりをもたらしてくれたからだと思います。何か買いたいと思つても、歩いていくとなると疲れまですし、嫌になるんじゃないですか。その心配がないのは、本当に安心ですよ。

健康の秘訣を教えてください

私の楽しみは、買い物です。自分の欲しいものを家族に買ってきてもらえることは、もちろんありがたいのですが、「自分で選んで自分で買う」というプロセスに喜びを感じています。生活の中に楽しみがあることが私の健康の秘訣だと思えます。毎朝、シニアカーに乗って裏の港まで散歩に行くんですよ。潮風にあたりながら過ごす時間は、本当に気持ちがいいものです。仕事をしている時は、そんな余裕はありませんでしたが、今はそんな時間も楽しめています。



【インタビュー】  
 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  
 (菊池、大友) ☎ 44-7111

# 北茨城市民病院診療体制

令和4年1月1日現在

**【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、診察までお待ちする場合があります。
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	中村 植草 (第1除く)	中村 植草 (2・3)	植草・鈴木	植草・梶川	当番制	○		
		予約 植草・藤枝 鈴木・宮本 (第3)	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 (第3)	*	植草 (第5除く) 藤枝	植草・石橋	藤枝	*			
	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)	○		
眼科 13:00～16:00	午前	*	小池 (数)	*	*	*	*	○		
	午後	今留	*	今留	今留	今留	今留			
小児科 午後は予約のみ	午前	白石	富永	小宅・平木	関島	平木	*	*		
	午後	予防注射 白石	*	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 第4木曜日のみ 13:00～14:00	午前	*	杉山 (2・4)	遠藤 (1・3)	楠 (1・2・4)	金子	小磯 (1・3)	*		
	午後	*	*	*	楠 (1・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	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 橋本外来 (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 飯坂 (2・4・5)	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	手術 (1・3)	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 内2255

### 『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。

## 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。

予約制ですので、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。

【診療日】 平日 月・水・金曜日  
 【問合せ】 平日 月～金曜日  
 9:00～12:00

感染症外来 ☎46-1121 (代)



## 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。



【1月、2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) 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～金曜日 (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
	11日 カレンダー制作	7日 お誕生日会	6日 身体測定	14日 運動遊び(トランポリン)
	13日 お部屋飾り制作	12日 健康講座	11日 リトミック教室(要予約)	18日 節分制作
	14日	13日 ヨガ講座	13日 おかし作り	21日 思い出手形制作
	17日 ヨガ体験	17日 バレンタイン制作	18日 栄養指導	25日
	18日 誰でも簡単!ハンドメイド	18日 英語で遊ぼう	20日 節分制作	28日 運動遊び
	20日 リトミック	20日 節分制作	27日 お誕生日会	
	21日 ボールあそび	26日 リトミック		
	24日 節分制作	(1部) 0歳～1歳半対象 10時～11時		
	25日	(2部) 1歳半～対象 11時～12時		
	27日 英語であそぼう!			
	28日 お誕生日会・壁面制作			
	31日 知育あそび			
	2月	1日 レクリエーション	4日 お誕生日会	1日 身体測定
3日 節分豆まき会		9日 健康講座	3日 バレンタイン制作	4日 戸外遊び
7日 バレンタイン制作		10日 ヨガ講座	8日 リトミック教室(要予約)	15日 のり遊び
8日			10日 バレンタイン制作	18日 新聞紙遊び
10日 冬のガーデニング			15日 母親講座(要予約)	22日 ひな人形制作
			17日 ひな祭り制作	25日 小麦粉粘土
		24日 お誕生日会		
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)

### 乳幼児健康診査

#### ▽とき

4カ月児健康診査

1月20日(木)

1歳6カ月児健康診査

1月28日(金)

2歳児歯科健康診査

2月3日(木)

3歳児健康診査

1月14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。

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 1月26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

健康づくり支援課

☎196

### 移動児童相談

▽とき 2月2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

☎050-154451-2856 (24時間365日対応可)

健診・相談などのお知らせ





**案内** いばらき高齢者優待制度 「いばらきシニアカード」

県内在住の65歳以上の方が協賛店舗でカードを提示すると、割引やポイント加算等の優待が受けられます。

**▽カードの配布窓口**

- ・高齢福祉課
- ・各市民サービスセンター
- ・元気ステーション

※保険証、免許証等の身分証を持参してください。

**問** 高齢福祉課 高齢者支援係

(武子) 内121

**＜市内の店舗の皆さんへ＞**

協賛店舗の登録にご協力ください。新規登録方法は、左記ホームページをご覧ください。

**HP** <http://senior.pref.ibaraki.jp>

**問** 県長寿福祉推進課

☎ 029-3301-3326



**募集** ♪鳥くん講演会 「鳥びあく鳥にまつわる色んな話し〜」

**▽とき** 2月6日(日)  
午後1時30分〜3時

**▽ところ**

市立図書館 2階会議室

**▽募集人数** 20人(先着)

**▽講師** ♪鳥くん  
(永井真人氏)

**▽参加費** 無料

**▽申込方法** 電話またはFAXで左記へ

**申問** 市立図書館

(鉄) ☎ 42-1451

Fax 43-4723

**募集** 図書館野菜づくり講座 「春野菜の準備」

**▽とき** 2月17日(木)  
午前10時〜11時30分

**▽ところ** 市立図書館 2階会議室

**▽募集人数** 20人(先着)

**▽講師** 鈴木 稔氏(社団法人農山漁村文化協会)

**▽参加費** 無料

**▽申込方法** 2月13日(日)までに直接、または電話、FAXで左記へ

**申問** 市立図書館

(村山) ☎ 42-1451

Fax 43-4723



**案内** 第17回「図書館バードウォッチングの会」

**▽とき** 2月6日(日)  
午前10時〜11時30分

**▽ところ** 図書館前ウォーキングロード上

※雨天時は中止

※申込不要です。当日直接お越しください。

(時間内途中参加可)

**問** 市立図書館

(鉄) ☎ 42-1451

**募集** 60歳からの「三三就職面接会」

ハローワーク高萩では、北茨城市・高萩市および北茨城市商工会・高萩市商工会との共催による60歳以上の求職者の方を対象とした就職面接会を開催します(参加事業所は、北茨城市・高萩市の事業所5社・10社の予定)。

**▽とき** 1月21日(金)  
午後1時30分〜4時

**▽ところ** 高萩市総合福祉センター 1階 多目的ホール

※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。

**申問** ハローワーク高萩

☎ 22-2549

**案内** いばらき出会いサポートセンター 「出張相談(登録)会」 in 北茨城市

いばらき出会いサポートセンターは、独身の方の出会いの場づくりのため、県が労働団体と共同で設立した団体です。当センターでは、左記のとおり出張結婚相談会を開催します。

**▽とき** 1月29日(土)  
午前10時30分〜午後4時

**▽ところ** 市民ふれあいセンター

**▽出張相談** 結婚の相談を希望する独身の方やご家族など、どなたからの相談にも対応します。相談は無料で、予約も不要です。

**▽出張登録** いばらき出会いサポートセンターの入会登録手続きが行えます(事前申請が必要)。いばらき出会いサポートセンターのホームページから入会申込、出張登録会の来所予約を行ってください。

**問** 県北センター

☎ 0294-35-4122

水戸センター

☎ 029-224-8888

**HP** <https://www.ibccnet.com>



**案内** 3300万人に届く!? はじめてのInstagram スタグラム

観光関連事業者向けのInstagram活用セミナーをオンライン(Zoom)で開催します(無料)。

**▽とき** 2月15日(火)  
午後2時〜3時30分

**▽対象者** 観光関連事業者(宿泊施設、飲食店、土産物店等)

**▽募集人数** 20人(先着)

**▽内容**

- ① SNS活用の必要性等
- ② 観光関連事業者におすすめな理由
- ③ Instagramの始め方等
- ④ 魅力が伝わる写真の撮り方
- ⑤ 投稿のポイント等
- ⑥ 継続のポイント等

**▽申込方法** スマートフォンから下記QRコードを読み取り、1月31日(月)までに参加受付フォームへお申し込みください。

**問** 観光振興推進係

☎ 364

後日メールで送付します。

観光振興推進係



**令和4年度  
まなびすとアカデミーリーダー  
バンク指導講師(新規)**

市内の学習希望者に対し、長年の経験により習得した技術・技能・知識などを教授できる、ボランティア指導講師の新規登録者を募集します。

なお、登録された講師は、令和4年度北茨城市まなびすとアカデミー入学案内の指導講師一覧に掲載します。

**▽指導分野**

- ①自然科学
- ②人文・社会科学
- ③産業・技術・職業
- ④市民生活
- ⑤家庭生活・趣味
- ⑥芸術・文化
- ⑦一般教養
- ⑧スポーツ

**▽登録方法**

1月21日(金)までに左記へ

**問** 生涯学習センター内  
まなびすとアカデミー事務局  
(花園) ☎46-1234

**募集  
県民公開講座**

**「自分の健康は自分で守る！  
薬のプロ薬剤師に聞いてみよう」**

市販薬やサプリメントを利用した上手なセルフメディケーションの方法や、皆さんの健康管理をサポートする薬局・薬剤師の存在についてのオンライン(Zoom)講座です。

**▽とき** 2月20日(日)  
午前10時～正午

**▽募集人数** 1000名

**▽講師** 堀美智子氏

(医薬情報研究所 株式会社  
社エス・アイ・シー 医薬  
情報部門責任者)

**▽参加費** 無料

**▽申込方法** 県薬剤師会ホームページのトップページ「お知らせ」にある「県民公開講座」案内ページ内の「参加申込フォーム」からお申し込みください。

「申込みフォーム」から申し込みください。



**問** 茨城県薬剤師会

☎029-306-8934

**HP** <http://www.jp.a.or.jp>

**案内  
声の広報・点字広報**

市では視力に障害をお持ちの方に、点字化・音声(テープ)化した広報紙を貸出しています。

ご希望の方は左記までお問い合わせください。

**問** まちづくり協働課

広報広聴係(山縣) ☎193

**案内 高齢者の「コロナフレイル」にご注意を**

コロナ禍で外出や友人との交流などの機会が減少し、運動不足になっている方が増えています。

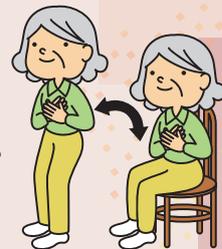
このことから近年、フレイル(虚弱)の進行が非常に心配されています。皆さんも自宅でもできる運動など、できる事から始めてみてください。

**コロナ禍の運動不足を解消するために**

**【スクワット】(もしくは椅子からの立ち座り)**

**[方法]**

- ① 両足を肩幅よりやや広げ、つま先はやや外側を向くように立ちます。
  - ② お尻を後ろに引くように3～5秒かけて腰を落とし、3～5秒かけて元に戻します。
- 1日に10回程度×2・3セット行います。椅子から立ち座りでもかまいません。



**2022年のアンケート調査実施について**

コロナ禍の身体機能や社会参加状況等の実態を継続的に把握し、少しでも皆さんの健康づくりに役に立つ情報を発信していくため、筑波大学医学医療系担当と市高齢福祉課が連携し、昨年に引き続き2022年1～2月にアンケート調査を実施します。市内在住の65歳以上85歳未満の5,000名(無作為抽出)を対象にアンケートを送らせていただきますので、ご協力をお願いします。

昨年のアンケート結果では、社会参加が減少していることが分かりました。前回と今回の結果を比較しながら継続的に対応策を検討していきます。

**問** 元気ステーション(中原) ☎44-7111

**市の人口と世帯** 令和3年12月1日現在 ( )は前月比

総人口…	40,985人(-47)	出生…	18人(±0)
男…	20,386人(-27)	死亡…	65人(+20)
女…	20,599人(-20)	転入…	80人(+8)
世帯数…	16,975世帯(-2)	転出…	80人(-7)

※12月から令和2年国勢調査結果を反映しています。

**緊急情報メール  
配信登録**



**きたいばナビ**



**北茨城市  
ホームページ**



※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。



診療時間 午前9時～午後5時		
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)	1/23 あおぞらクリニック ☎ 30-7770 (中郷町)
1/2 市民病院 ☎ 46-1121 (関南町)	1/10 廣橋クリニック ☎ 46-5111 (大津町)	1/30 友愛クリニック ☎ 43-1398 (磯原町)
1/3 瀧病院 ☎ 42-1221 (磯原町)	1/16 市民病院 ☎ 46-1121 (関南町)	2/6 市民病院 ☎ 46-1121 (関南町)

### 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 ☎ 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

1月

### 市立図書館 - January -

## 新刊図書

- ミニシアターの六人 小野寺史宜
- 剛心 木内 昇
- 君の名前の横顔 河野 裕
- フェイクフィクション 菅田 哲也
- 残照の頂 湊 かなえ
- 北斗の邦へ翔べ 谷津 矢車

市立図書館 ☎42-1451

### 1月 - 2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	2/1	2/2	2/3	2/4	2/5

■ は休館日です。

#### ☆図書館おはなし会☆

1月5日(水)、12日(水)、19日(水)  
2月2日(水)  
午前10時～10時30分

#### ☆エプロンシアター☆

1月8日(土) 午前10時～10時30分

#### ☆ぼっぼのおはなし会☆

1月26日(水) 午前10時～11時

#### ☆メリアンさんの英語のおはなし会☆

1月22日(土) 午後2時～2時30分

※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

市県民税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料  
1月31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

1月18日(水) 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]  
1月6日(木)、1月20日(木)、2月3日(木)  
[大津町公民館] 1月13日(木)、1月27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)

1月19日(水)  
☎ 健康づくり支援課 ☎ 196

★無料相談★	行政書士相談	法律相談	司法書士相談
と き	2月2日(水) 午後1時～5時	1月14日(金) 午前10時～午後4時30分	2月10日(水) 午後1時～4時30分
と ころ	いずれも市役所 4階会議室		
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。		
電話予約開始日	1月26日(水)	1月7日(金)	2月3日(水)
備 考	行政書士による相談 (相談時間40分)	弁護士による相談 (相談時間20分)	司法書士による相談 (相談時間40分)
内 容	相続や遺言、各種行政手続き	土地の問題や金銭貸借、離婚、相続	不動産の名義変更、相続、贈与

☎ 申問 まちづくり協働課 広報広聴係 (小山) ☎ 193



北茨城市