

# 広報 きたばらき

Kitaibaraki city Information

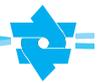
2022  
5  
No.792



「あなたが見つけた北茨城フォトコンテスト2021」表彰式⑫⑬

## ～CONTENTS～

- マイナンバーカードはお持ちですか②③
- 後期高齢者医療保険窓口負担見直し④
- 成年後見制度相談窓口開設⑤
- がん検診を受けましょう⑥
- お知らせ掲示板⑭
- 休日の当番医⑮



# マイナンバーカードはお持ちですか

マイナンバーカードは、申請して取得できる顔写真付きのプラスチック製のカードで、様々な便利機能を持っています。今作成するとマイナンバーポイントも付与されますので、この機会にぜひ申請してください。

## 【マイナンバーとは】

マイナンバーとは、住民票を持つ日本国内の全住民に付番される12桁の番号です。マイナンバーは現在、社会保障、税、災害対策のうち、法律または条例で定められた事務手続きにおいて使用されています。



## マイナンバーカードの活用

### ▽本人確認書類として利用できる

カード表面は顔写真付きの本人確認書類として利用できます。また、カード裏面にはマイナンバーが記載されており、マイナンバーの確認と本人確認を同時に行うことができます。

### ▽コンビニ交付サービスを利用できる

マイナンバーカードを使用して、コンビニのマルチコピー機で、住民票の写し、印鑑登録証明書（登録済の方のみ）、課税非課税証明書・所得証明書（最新年度のみ）を取得することができます。利用の際には、マイナンバーカードと利用者証明用電子証明書の暗証番号（数字4桁）の入力が必要です。市役所の閉庁時間や土日等でも取得できるため、ぜひご利用ください（年末年始およびシステムメンテナンス日を除く午前6時30分～午後11時）。

### ▽健康保険証として利用できる

健康保険証の利用申込をすると、マイナンバーカード受付対応の医療機関や薬局で健康保険証として利用できます。利用申込は、マイナンバーやセブン銀行ATM、市民課で行うことができます。

### ▽マイナンバーが利用できる

マイナンバーとは、政府が運営するオンラインサービスです。子育て等に関する行政手続がワンストップできるとともに、行政機関が所有する自分の情報や行政からのお知らせを確認できます。また、市窓口まで出向かなくてもオンライン申請ができる「ぴったりサービス」が利用でき、QRコードと連携することで確定申告をオンラインで行うこともできます。

## マイナンバーカードの申請方法

マイナンバーカードの交付申請書をお持ちの方は、次の4つの方法で申請できます。

- ・パソコンやスマートフォンで申請
- ・郵便で申請
- ・証明用写真機で申請
- ・市民課の申請サポート窓口で申請（要予約）

※マイナンバーカードの交付申請書をお持ちでない方は、市民課で再発行できますので、本人確認書類を持参し窓口までお越しください。

## マイナンバーカードの受取方法

マイナンバーカードは、市民課に届きます。お渡しできる準備が整い次第、交付通知書（ハガキ）をお送りしますので、申請者本人が必要書類を持参し受取りにきてください。

必要書類…交付通知書（ハガキ）、通知カード（お持ちの方のみ）、本人確認書類（運転免許証、パスポート等の1点または健康保険証、年金手帳、学生証等の2点）、住民基本台帳カードまたはマイナンバーカード（お持ちの方のみ）

※申請からマイナンバーカードの受取まで約1カ月かかりますので、お早めに申請してください。

## マイナンバーカードの有効期限

マイナンバーカードには、有効期限がありますのでご注意ください。成年年齢引き下げにより、4月1日以降、18歳以上の方はカード発行後10回目の誕生日、18歳未満の方はカード発行後5回目の誕生日が有効期限になります。

ただし、外国人の方で在留期限がある方は、その在留期限が有効期限になります。在留期限の更新手続後にマイナンバーカードの有効期限の更新手続をすることで、有効期限を新しい在留期限まで延長することができますので、必ず更新の手続きをしてください。

## マイナポイント第2弾が開始

マイナポイントが付与される内容は次のとおりです。

- ① マイナポイントの予約・申込後に、選択したキャッシュレス決済サービスでチャージまたは買い物をするると25%分のマイナポイントがもたらえます。(一人当たり上限5千円分)

※既にマイナポイントを申し込んだことがある方は対象外です。

- ② 健康保険証の利用申込をすると7500円分のマイナポイントが付与されます。
- ③ 公金受取口座の登録をすると7500円分のマイナポイントが付与されます。

※②③は6月頃からポイント申込・付与開始予定

マイナポイントの申込みは、パソコンやスマートフォンからマイナポイントの予約・申込サイトまたはアプリにより可能です。また、セブン銀行ATMやローン(マルチコピー機)、市民課等でも申込みいただけます。

マイナポイントの申込みができるキャッシュレス決済サービスについては、総務省のマイナポイントホームページをご確認ください(キャッシュレス決済サービスにより、別途事前登録手続等が必要となる場合がありますのでご注意ください)。

マイナポイント第2弾は、9月末までにマイナンバーカードを申請し

た方が対象となります。また、マイナポイントの申込期限は令和5年2月までです。

## 電子証明書の更新

マイナンバーカードの発行後5回目の誕生日を迎える方は、電子証明書の更新が必要です。

※マイナンバーカードの発行時点で18歳未満の方を除く。

電子証明書の更新が必要な方には更新の通知が届きますが、有効期限の3カ月前から更新手続が可能です。更新手続には、マイナンバーカードと署名用電子証明書の暗証番号(大文字英字・数字混合6〜16文字)および利用者証明用電子証明書の暗証番号(数字4桁)が必要です。なお、電子証明書の更新手続後約1時間は、マイナンバーカードが使用できませんのでご注意ください。

## 5月22日(日)はマイナンバーカードの交付ができません

第2、第4日曜日は、市民課で証明書の交付や税金の納付、マイナンバーカードの交付(要予約)等の一部業務を行っています。

5月22日(日)は、サーバーメンテナンス日のため、マイナンバーカードの交付ができません。

問 市民課 市民係

内 177

# マイナンバーカードの申請方法

## 郵便

- ① 交付申請書に必要な事項を記入し、**6か月以内**に撮影した顔写真を貼り付けて郵送し、申請完了。

カードの仕上がりが早いスマホでの申請がおすすめ!

交付申請書をお持ちでない方は、

マイナンバーカード 郵便

- ① 専用サイトから手書き用の交付申請書と封筒をダウンロードすれば、郵便で申請ができます! プリントアウトしてご利用ください。  
※手書き用の交付申請書には、顔写真の貼付とマイナンバーの記入が必要です。
- ② 市区町村の窓口でも、交付申請書を再発行しています。本人確認書類(運転免許証、パスポート等)を持参の上、お住まいの市区町村へ行きましょう。

## マイナンバー制度・マイナンバーカードについてのお問合せ

マイナンバー総合フリーダイヤル  
**0120-95-0178** 平日 9:30~20:00  
土日祝 9:30~17:30

受付時間(年末年始を除く)  
平日 9:30~20:00  
土日祝 9:30~17:30  
紛失・盗難によるマイナンバーカードの一時利用停止については24時間365日受付!

▼一部のIP電話等で上記ダイヤルに繋がらない場合  
マイナンバーカード等 **050-3818-1250**  
その他のお問合せ **050-3816-9405**

▼英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語対応のフリーダイヤル  
This telephone number is toll-free corresponding to English, Chinese, Korean, Spanish and Portuguese.  
マイナンバー制度について **0120-0178-26**  
マイナンバーカード等 **0120-0178-27**

マイナンバーカードの申請方法はこちら↓



## スマートフォン

半分以上の人がオンラインからの申請なんだって!

- ① スマホで顔写真を撮影。
- ② スマホで交付申請書のQRコードを読み取る。
- ③ 申請用WEBサイトでメールアドレスを登録。
- ④ 申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、**顔写真を登録、必要事項を入力**して申請完了。



## パソコン

交付申請書に記載の申請書IDが必要だよ

- ① カメラで顔写真を撮影。
- ② 申請用WEBサイトでメールアドレスを登録。
- ③ 申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、**顔写真を登録、必要事項を入力**して申請完了。



## 証明用写真機

- ① タッチパネルから「**個人番号カード申請**」を選択。
- ② 撮影用の料金を投入して、交付申請書のQRコードを**バーコードリーダーにかざす**。
- ③ 画面の案内にしたがって、必要事項を入力。
- ④ 画面の案内にしたがって、顔写真を**撮影して送信**し、申請完了。

# 後期高齢者医療保険からのお知らせ

## ○医療費の窓口負担割合の見直しについて

令和4年10月1日から、一定以上の所得のある方（75歳以上の方等）は、現役並み所得者（窓口負担割合3割）を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。

※現役並み所得者（窓口自己負担割合3割）の条件は変わりません。

令和4年9月30日まで		令和4年10月1日から	
現役並み所得者	3割	現役並み所得者	3割
一般所得者等	1割	一定以上の所得のある方	2割
		一般所得者等	1割

見直し後の窓口負担割合は、世帯内の75歳以上の方の課税所得や収入金額等をもとに、世帯単位で判定します。

## ○2割負担対象者への配慮措置

令和4年10月1日から3年間（令和7年9月30日まで）は、2割負担となる方について、1カ月の外来医療の負担増加額を3,000円までに抑えます（入院医療は対象外）。

配慮措置の適用で払い戻しとなる方は、高額療養費として、事前に登録されている高額療養費の口座へ後日払い戻します。

### 【配慮措置が適用される場合の計算方法】

例：1カ月の医療費全体額が50,000円の場合

窓口負担割合1割のとき ①	5,000円
窓口負担割合2割のとき ②	10,000円
負担増加額 ③ (②-①)	5,000円
負担増加額の上限 ④	3,000円
払い戻し額 (③-④)	2,000円



### 配慮措置

1カ月5,000円の負担増を3,000円までに抑えます。

※窓口負担割合の見直し・配慮措置等に関するご質問は、下記までお問い合わせください。

※「自分が2割負担となるか」等のお問い合わせについては、お答えできません。

問 保険年金課 医療年金係

(石森、石崎) 内 187

茨城県後期高齢者医療広域連合 ☎ 029-309-1213

## 60歳からの国民年金加入について

老齢基礎年金を受給するには、免除を含めた保険料納付期間が10年（120月）以上必要です。また、満額の老齢基礎年金を受給するには、40年（480月）の保険料納付が必要です。

国民年金の未加入期間や保険料未納期間があるため、受給資格を得ることができない方も、さらに65歳になるまで加入して不足期間を満たせば年金を受給することができます。

また、すでに年金受給の資格を得ている方も、年金額を増やしたい方は65歳になるまで加入することができます。

### ▽加入できる方

- 次の①～③の全ての条件を満たす方
- ① 国内に住所を有する60歳以上65歳未満の方
  - ② 老齢基礎年金の繰上げ請求をしていない方
  - ③ 厚生年金・船員保険に加入していない方
- ※希望の方は、付加年金の加入もできます（保険料は400円増しです）。

### ▽手続きに必要なもの

左記へお問い合わせください。

手続きは保険年金課窓口で行います（市民サービスセンターでは扱いません）。

問 保険年金課 医療年金係

(藤枝) 内 188

日立年金事務所

☎ 0294-24-2125

# 成年後見制度の相談窓口を開設しました!!

## あなたの権利を守る成年後見制度について知っていますか?

私たちの社会は契約を前提としており、日常生活の中で契約する場面はたくさんありますが、契約の際には、その結果がどのようになるか判断できる能力が必要です。しかし、加齢や障がいにより判断能力が十分ではなくなってしまうと、自分にとって不利益な契約を結んでしまうことがあります。法律面や生活面から本人の権利や財産を守り、支援するための仕組みが「成年後見制度」です。

Q 成年後見制度は具体的に何をしてくれるの？

A 認知症や知的障がい、精神障がいなどにより判断能力が十分でない人に対し、法的に権限を与えられた人が本人に代わって契約などを行い、時には本人が行った不利益な契約（悪徳商法の被害など）の行為を取り消したりすることができます。

財産管理	身上監護
預貯金の管理や不動産などの処分、遺産分割などの財産に関する契約についての助言や支援	介護サービスや病院・福祉施設への入退所手続、費用の支払いなど日常生活に関わる契約

Q 成年後見制度は誰が申立てできるの？利用の流れはどうするの？

A 申立ては、本人や配偶者、4親等内親族、市町村長（身寄りがいない方など）が行います。

### 法定後見制度

認知症や障がいなどで判断能力が不十分なため、財産管理や様々な契約などが一人ではできない状態。

補助・保佐・成年後見開始の申立て

### 任意後見制度

将来に備えて、公正証書で任意後見人となる人と契約を結ぶ。

判断能力が不十分になったら…  
任意後見監督人専任の申立て



家庭裁判所へ申立てを行い、後見人等の選任が開始されます。

申立て後、約2～3カ月で支援が開始。後見人は、家庭裁判所の監督を受けて活動しています。

Q 困った時はどこに相談したらいいの？

A 成年後見制度に関する窓口は以下の通りです。

高齢福祉課	☎43-1111 内122
社会福祉課	☎43-1111 内137
社会福祉協議会	☎42-0782
元気ステーション	☎44-7111

成年後見制度の正しい理解が広まるような広報活動とともに、制度を利用する方への情報提供や相談対応を行いますので、気軽にご相談ください。



# がんは、早期発見することで 90%以上が治ります。

新型コロナウイルス感染症の影響による  
健康診査やがん検診の「受診控え」が問題となっています。



受診の遅れでがん進行の懸念も…  
必要性を正しく知って『がん検診』を受けましょう！

がん検診は、自覚症状のない時点、つまり、がんが進行していない状態で受けることで、がんの早期発見ができ、早期治療につなげることができます。がんが見つかりにくい形や場所にある場合には発見できないことがあり、検査の精度は100%ではありません。しかし、毎年検診を受けることでがんを発見できる確率は高まり、がんによる死亡を回避できる可能性が高まります。

## 北茨城市で受けられるがん検診（完全予約制）

検診名	料金	対象		申込期間
		男性	女性	
肺がん	200円	40～64歳		特定健診受診日に会場で申込み
結核	無料	65歳以上		
喀痰	1,100円	40歳以上		
肝炎ウイルス	1,000円	40歳以上		
前立腺がん	800円	50歳以上	—	
大腸がん	500円	40歳以上		5月9日(月)～12月23日(金)
胃がん	1,500円	30歳以上		受付中（定員となり次第、終了）
胸部CT	3,500円	50歳以上		受付中（定員となり次第、終了）
子宮頸がん	（集団） 1,200円	—	20歳以上	受付中（定員となり次第、終了）
	（医療機関） 2,400円			受付中（11月30日(水)まで）
乳がん	（集団） 1,100円	—	30歳以上	受付中（定員となり次第、終了）
	（医療機関） 1,900円			受付中（11月30日(水)まで）



令和4年度おすすめの申込方法は、

**オンライン**です！

オンライン申込みにはこんな「メリット」があります！

- 24時間いつでも申込みができる
- 希望する日程（集団検診）で申込みができる
- 申込みをした内容を携帯、パソコンからいつでも確認できる
- 申込みをした翌年から、メールでがん検診の案内が届く



オンライン申込用  
QRコード

その他の申込方法：

電話・健康づくり支援課窓口  
特定健診、各種がん検診会場

☎ 健康づくり支援課（小松、大井） ☎ 195～198

茨城県市長会

民間自治功労者表彰

中郷町の柳生清治さんが、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。

柳生さんは、昭和62年から35年間にわたり、北茨城市スポーツ推進委員として地域スポーツの振興及びニュースポーツの普及に取り組まれています。また、平成28年からは北茨城市スポーツ推進委員で組織された連絡協議会の会長として、行動力とリーダーシップを発揮し、スポーツの魅力を伝える方策の追究やスポーツ推進委員の指導力向上に尽力されています。

このほか、令和元年に本市で開催された第74回いきいき茨城ゆめ国体ソフトテニス競技の運営に携わり、自身の国体出場の実験を大いに生かし、大会の成功に貢献されるなど、市民の健康増進に寄与されている功績に対して、このたび、茨城県市長会民間自治功労者表彰が授与されました。



問 秘書課 秘書係（沼田）内203

北茨城市民病院・家庭医療センター  
令和4年度 新任医師あいさつ

内科 真下 翔太



内科の真下翔太と申します。出身は、常陸太田市です。これから地域の皆様のお役に立てるよう努力してまいります。内科の中でも特に消化器内科を専門としています。消化器疾患の診療や消化器内視鏡診療などでは特に力になれると思っております。困ったことがありましたら是非相談してください。

内科 大森 達郎



4月から市民病院に赴任となります。大森達郎と申します。出身は常陸大宮市です。自治医科大学在学中に市民病院で実習させていただきました。

この度勤務させていただくことになり身の引き締まる思いとわくわくする気持ちがあります。住民の皆様が健康に生活できるように尽力いたします。

外科 松浦 博和



はじめまして。4月から市民病院で勤務する松浦博和と申します。出身は土浦市で、自治医科大学を卒業しました。外科として、地域医療に貢献できるよう頑張りたいと思います。地域の皆様に寄り添った、健康を維持できるような医療を提供できればと思います。よろしくお祈ります。



歯科口腔外科 飯泉 成一郎

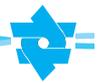


4月から市民病院に勤務させていただきます。筑波大学附属病院歯科口腔外科所属の飯泉と申します。過去に1年間市民病院に勤務した経験がありまして、今年から再び勤務させていただきます。皆様方のお口の健康を増進するため精一杯努めさせていただきますので、よろしくお祈りいたします。

附属家庭医療センター 倉田 房子



4月から市民病院附属家庭医療センターに勤務となりました倉田房子です。医師となつてから7年間は茨城県内の様々な病院、診療所（訪問診療）で経験を積んできました。北茨城市は初めて訪れる地域です。今後少しでも地域の皆様のお役に立てるよう最善を尽くしていきます。どうぞよろしくお祈りいたします。



**入学おめでとうございます**  
4月7日 市内小中学校入学式

4月7日、市内各小中学校で入学式が行われ、小学校は270人が、中学校は321人が入学しました。平潟小学校では18人が入学し、緊張しながらも堂々と胸を張って入学式に臨みました。

**世界かんがい施設遺産**  
沼田主計顕彰碑除幕式 「十石堀」

沼田主計の功績を伝承しようとして、中郷町石岡の十石堀親水公園に顕彰碑が建てられ、4月9日、関係者と石岡小学校の児童が参加し、除幕式が行われました。



沼田主計は、1669年、地元住民たちと当時の水不足の解消と新田の開発を目的として、自然の地形を巧みに活用しながら、延長約13kmにも及ぶ用水施設「十石堀」を建設しました。その用水路の水源から2kmの区間は、350年が経過した現在も建設当時の姿のまま、他の区間も維持管理や補修が受け継がれ、現在も利用されています。

その歴史的価値が認められ、令和元年、世界かんがい施設遺産に登録されました。

問 農林水産課 管理土木係  
(綿引) 内 386

**災害発生時の協定を締結**

市では、災害時における協力体制を強固なものとするため、千代田開発観光株式会社との間に「一時避難場所等の提供に関する協定」を、茨城ドローンスクール株式会社北茨城自動車学校との間に「ドローンを活用した連携活動等に関する協定」をそれぞれ締結しました。突然の災害において市民の安心安全確保のため、協力してまいります。



問 総務課 危機管理室  
(小川) 内 339

**9月1日は、**  
人権擁護委員の日です

人権擁護委員は、市町村長の推薦を受け、法務大臣から委嘱された民間人で、地域の皆さんからの人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、人権侵犯の被害者を救済したり、地域住民の皆さんに人権について関心を持ってもらえるような様々な啓発活動を行っています。この制度は、官民一体となって人権擁護活動を行うことが望ましいという観点から設けられた制度で、諸外国には例を見ないものです。現在、約1万4千人の人権擁護委員が全国の各市町村に配置されています。

北茨城市には、次の人権擁護委員がいます。

- 根本 貞一 委員 (平潟町)
  - 篠原 絹江 委員 (中郷町)
  - 鈴木 一成 委員 (磯原町)
  - 滑川 善枝 委員 (華川町)
  - 渡邊 昭吉 委員 (関南町)
  - 小関 裕子 委員 (大津町)
  - 神永おりえ 委員 (関本町)
- 6月8日(水)人権相談所を開設します。
- まちづくり協働課 広報広聴係  
(小野) 内 193



**新入学児童に防犯ブザーが  
寄贈されました**

常陽銀行より、市内の小学校と特別支援学校の新1年生に防犯ブザー300個が寄贈されました。防犯ブザーの寄贈は、地域貢献活動の一貫として平成17年から始まり、今年で18回目です。入学式で新1年生に配付し、安全確保のために有効に活用させていただきま



問 教育総務課 総務学務係

(高星) 内 451

**日棚・松井地区の地籍調査  
開始のお知らせ**

令和4年度は、日棚・松井地区の調査を開始します。

調査対象は、「中郷町日棚 字鳥作、字原田、字兎田、字二又川、字湯ノ作、字林下、字石打場屋敷、字石打場、字家ノ前、字南湯ノ作、字落合、字椿田、字後田、字細ノ原、字重殿、字十良岫、字屋敷ノ上、字後平、字堂平」の各一部。「中郷町松井 字金子沢、字中金子沢、字上金子沢、字関平」の各一部となります。調査や測量の際に、対象土地とその周辺の私有地に立ち入らせていただく場合がありますので、地権者の皆さんには、ご理解、ご協力をお願いします。

また令和元年度に調査を開始した、大津・平潟地区の成果に関する登記が、昨年完了しました。調査にご協力いただき、誠にありがとうございました。

問 地籍調査課 地籍調査係

(鈴木(大)、鈴木(拓)) 内 273

**「ごみゼロ作戦」に  
ご協力ください**

「環境美化運動の日」に合わせて、ごみ・空き缶などの一斉回収を実施します。一緒に北茨城のすばらしい自然を大切に守っていきましょう。

▽とき 6月4日(土)

午前7時～8時30分

▽ところ 左表の区間に分けて実施しますので、最寄りの集合場所に、お集まりください。

集合場所	実施場所	参加者駐車場
長浜海岸 駐車場	・長浜海岸駐車場 ～井戸の入隧道 ・長浜海岸駐車場 ～国道6号線美術館入口交差点	長浜海岸駐車場
ポートオオツ (大津漁村 センター)	・ポートオオツ～大津漁港周辺 ・ポートオオツ～国道6号線 ・ポートオオツ～常北中下	ポートオオツ 駐車場 よう・そろー 駐車場
ヨーク ベニマル 中郷店 駐車場	・ヨークベニマル中郷店駐車場 ～新大北橋(周辺道路を含む) ・ヨークベニマル中郷店駐車場 ～中郷ニュータウン入口 (周辺道路を含む)	ヨークベニマル 中郷店 駐車場

問 生活環境課

環境政策係  
(鳥居塚、狩野) 内 373

**6月6日(月)から 市巡回バスの時刻表を一部改正します**

JRのダイヤ改正に伴い、JRの発車時刻と連絡・調整し、利便性の向上を図るため、市巡回バスの時刻表を一部改正します。

次の変更がある路線は、6月6日以降全てのバス停の発車時刻が繰り上がります。

▶ 変更のある路線

① 大津線

富士ヶ丘 7:20 → 7:10  
富士ヶ丘 9:20 → 9:10

② 華川線

磯原駅西口 7:00 → 6:50  
磯原駅西口 9:25 → 9:10  
磯原駅西口 10:25 → 10:15

③ 磯原線

磯原駅西口 7:00 → 6:50  
磯原駅西口 9:30 → 9:15  
磯原駅西口 10:35 → 10:20  
磯原駅西口 11:45 → 11:30

④ 石岡線

石岡スポーツ広場前 8:30 → 8:20  
石岡スポーツ広場前 9:52 → 9:42

⑤ 中郷線

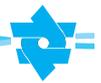
【月・水曜日】  
石岡スポーツ広場前 7:24 → 7:14  
石岡スポーツ広場前 9:20 → 9:10  
【火・木・金曜日】  
石岡スポーツ広場前 7:24 → 7:14

⑥ 五浦線

【外回り】  
大津港駅前 7:00 → 6:50  
大津港駅前 10:30 → 10:20

※新しい時刻表は市のホームページに掲載しています。また、市役所や各市民サービスセンター等には順次設置していきます。

問 まちづくり協働課 協働推進係  
(大山、沼田) 内 192



松くい虫薬剤散布を  
行います

【空中散布 (ガンノズル・スプレー)】

▽とき 6月2日(木)

午前4時30分～8時

▽ところ 大津町五浦、関本町関本

中地内

【地上散布】

▽とき 5月30日(月)

午前4時30分～8時

▽ところ 大津町五浦、平潟町(長

浜地区)、関南町神岡上、神岡下、

中郷町下桜井、足洗、小野矢指地

内の海岸線地区

※いずれも天候により順延の可能性

あり

▽その他

薬剤は人畜に影響が少ない安全性

の高いものを使用し、防除では人

家、農地、畜舎、水源などをはず

して安全な方法で行いますが、念

のため次の点にご注意ください。

①開放井戸や餌箱、車には覆いをす

る。

②養蜂群は、巣箱を散布区域外へ移

動する。

③散布中は、散布区域内に立ち入ら

ない。

④区域内の山菜や家畜飼料などは、

散布後約3週間採取しない。

問 農林水産課 農政係

(金澤、安藤) ☎ 384

「2022(令和4)年  
国民生活基礎調査」を  
実施します

実施します

「国民生活基礎調査」は、厚生労働省が毎年、全国で実施している調査です。

調査対象に選ばれた世帯には、4月中旬頃より、茨城県が任命した調査員が伺います。

調査員が伺った際には、調査へのご協力、ご回答をお願いいたします。

▽調査の期日

【世帯票、健康票、介護票】

6月2日(木)

【所得票】

7月14日(木)

なお、調査票にご記入いただいた個人情報、統計を作成する目的のみで使用され、その他の目的に使用することは絶対ありませんので、安心してご回答ください。

また、調査員が訪問する際は必ず

「調査員証」を携帯していますので、

ご確認ください。

調査の詳細については左記ホームページをご覧ください。

ページをご覧ください。

ご不明な点等ありましたら、調査対象の方へ別途お渡しするお問合わせ先までご連絡をお願いします。

HP <https://www.mhlw.go.jp/toukei/ist/20-21.html> (厚生労働省)

高等職業訓練促進給付金の  
お知らせ

母子家庭の母または父子家庭の父の就職を容易にするために、必要な資格の取得促進を目的として、高等職業訓練促進給付金事業を行ってるところです。新型コロナウイルス感染症の影響の拡大を踏まえ、昨年度に続き、次のとおり事業の拡充を行います。

給付金の利用を希望する場合は、事前に左記までご相談ください。

▽対象資格

〈拡充前〉

看護師、保育士などの国家資格

〈拡充後〉

従来の資格の他、デジタル分野等の民間資格

▽対象修学期間

〈拡充前〉

1年以上の訓練等

〈拡充後〉

6月以上の訓練等

申請子育て支援課 児童福祉係

(滝) ☎ 134

自動車税・軽自動車税  
(種別制)の納税は  
お済みですか

お済みですか

今年度の自動車税・軽自動車税(種別制)の納期限は5月31日(火)です。最寄りの金融機関、コンビニエンスストア等で納期内に納めてくだ

さい。  
※納税通知書は5月上旬から順次発送します。到着まで時間がかかることがあります。  
※納税通知書が届いていない方、紛失した方は左記へご連絡ください。

問 自動車税

県常陸太田県税事務所

収税第一課

☎ 0294-80-3314

軽自動車税 税務課 市民税係

☎ 151-155

税務署からのお知らせ

事業者の方向けに消費税のインボイス制度説明会を次のとおり開催します。

▽とき 6月16日(木)

①午前10時から正午

②午後1時30分～3時30分

※事前登録は6月9日(木)まで

▽ところ

市民ふれあいセンター 小ホール

▽定員 各回20名(事前登録制)

▽その他

・新型コロナウイルス感染症の感染状況等により説明会の開催を延期または中止する場合があります。

・来場にあたっては、できる限り公共交通機関をご利用ください。

申請 日立税務署

☎ 0294-21-6346

情報公開および個人情報  
開示の実施状況

市では情報公開条例および個人情報保護条例に基づいて、広く開かれた行政の実現を図り公文書に記録された情報の公開・開示を行っています。令和3年度の実施状況は次のとおりです。

（情報公開）

請求	公開		非公開	審査請求	取下げ
	全部	部分			
50	16	28	2	0	4

（個人情報開示）

請求	開示		不開示	審査請求	取下げ
	全部	一部			
6	0	6	0	0	0

問 総務課  
総務係（鈴木）  
内 322

期日前投票立会人の登録者募集

選挙管理委員会では、若年層の皆さんにもっと選挙を身近に感じてもらい、より関心を持っていただけるよう、市内在住の満18歳以上30歳以下の有権者の皆様を対象に各選挙における期日前投票立会人の登録者を募集しています。

◆職務の内容等

有権者の代表として、期日前投票が公正、適切に行われているかどうか投票に立ち会う仕事です。

【時間】 午前8時30分～午後8時（場所により異なる場合があります）

【場所】 市役所ほか

【報酬】 日額9,600円（所得税を源泉徴収します）

◆応募資格 市内在住の満18歳以上30歳以下で北茨城市の選挙人名簿に登録されている方

◆応募方法 市のホームページをご確認ください。

申 問 総務課内 選挙管理委員会事務局（野口）内 321

HP <https://www.city.kitaibaraki.lg.jp/docs/2015030300110/>

「北茨城市地域見守り活動」紹介

1

当市は、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、現在、32事業所（市外を含む）と市が「高齢者等の見守り活動に関する協定」を締結し、業務中に訪ねたお宅などで高齢者等の異変に気付いた時、迅速に対応できるようにしています。今回は、そのうちのひとつである、セブンイレブン磯原町店佐藤英史オーナーに日頃の見守り活動についてお話を伺いました。

「地域の見守りとしてどのような取り組みをされていますか」

私達は、4年前から見守り活動に参加してきました。コンビニは、地域のお子さんから高齢の方まで幅広い層の方が来られます。だからこそ、私たちは地域の見守りの要だという意識を持っています。

ご高齢の方のお宅に弁当を配達する際には、しっかりと声をかけをして安否の確認もさせて頂いております。また、移動販売の際には、登下校中の子供たちが安全かどうか注目を向け、道路の危険な渡り方をしているお子さんを見かけた時は、声をかけをするようにしています。

「地域の見守りの心構えを教えてください」

地域やそこで暮らす方々のことをよく知り、つながっていくことが大

切だと思っています。お客様の名前を覚えておくと、コミュニケーションがうまく取れるようになります。日々、地域の方々とコミュニケーションを取り、「小さな変化」に気がついていくことが地域の見守りのポイントではないでしょうか。



セブンイレブン磯原町店



佐藤オーナー（右）



受賞されたみなさん



# あなたが見つけた北茨城 フォトコンテスト2021表彰式



令和4年2月24日

2月24日(木)、「あなたが見つけた北茨城フォトコンテスト2021」表彰式を市役所で開催しました。受賞者9名のうち5名が出席し、北茨城市長から賞状と副賞が贈呈されました。

このフォトコンテストは、市の魅力ある観光資源の積極的な露出を図り、観光客の誘客促進や応募作品を活用したPRなどを目的として、思わず誰かに伝えたいくなるような「あなたが見つけた北茨城」をテーマに、令和3年8月5日(木)から12月2日(木)の期間で開催しました。期間中には計750点もの投稿があり、審査員による厳正な審査の結果、最優秀賞1点、部門賞(北茨城の風景部門、美しい北茨城部門、Enjoy北茨城部門)各1点、入選5点が選出され、最優秀賞には、野村大祐さんの作品が選ばれました。入賞作品は市のホームページや市観光協会のホームページにて掲載されています。

問 商工観光課 観光振興推進室

(飯樋) 内364



「静寂な朝」



「錦秋に染まる滝」



「常陸大津の御船祭」



「夏雲と蝉時雨」



「夕刻の彩～中郷地区」



最優秀賞 「二つの島と一つの願い」



daisukenomura さん

北茨城の風景部門  
「荘厳な佇まい」



東海林 正作 さん

Enjioy北茨城部門  
「キャンプの夜は大人の自由時間」



kokopelli\_cafe さん

おいしい北茨城部門  
「冬の王者」



fumio\_ishimori さん

### 【審査員講評】

清水 啓さん (フォトグラファー)

コロナ禍で、作品が集まるのか気を揉んでいましたが、700点以上の作品が集まりました。応募者の皆様ありがとうございました。

今回は3テーマが設けられました。「北茨城の風景部門」では、さすが海と山の町、二ツ島や六角堂、花園溪谷の四季折々の作品など、「北茨城のここを見て！」という強い思いが伝わる作品に多く出会えました。

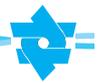
「おいしい北茨城部門」では美味しそうな海の幸、山の幸がたくさん並びました。アングルのひと工夫がもう少しあるといいなと思う作品が目につきました。

「Enjioy北茨城部門」では休日の思い出や、生活の中での新たな発見を感じる作品が多

くありました。最近、人が入る写真は肖像権の問題で撮り辛くなりましたが、ご家族や友達との楽しいひと時の写真が少なかつたのはコロナの影響でしょうか、少し寂しく感じました。

最優秀賞はdaisukenomuraさんの作品「二つの島と一つの願い」です。二ツ島の作品は数多くありましたが日の出時の作品が多い中で、この作品は日の入り後のマジックアワーと言われる時間帯に撮られたものです。ピンクとブルーのグラデーションの美しい夕空と海を広角レンズで画面いっぱいに入れ、二ツ島を希望の象徴のように捉えた秀作です。

北茨城市そして近隣の皆様、観光などで立ち寄られた皆様、北茨城の魅力を新たな視点で写真を通してこれからももっともっと発信して頂くことを願っております。そしてまた次回も盛り上げて頂ければと思います。



## 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5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・4)	吉本	五十嵐 (第1・3・5) 横谷 (第2・4)
		海老澤	横谷	鈴木 (第1・3・5) 倉田 (第2・4)	鈴木	吉本 (第1・3) 海老澤 (第2・4)
		梶川 (第1・3・5) 倉田 (第2・4)	鈴木 (第1・3・5) 海老澤 (第2・4)	海老澤	倉田	鈴木
	午後	五十嵐	横谷	横谷 (第1・3・5) 海老澤 (第2・4)	吉本	五十嵐
		鈴木	梶川	鈴木 (第1・3・5) 倉田 (第2・4)	梶川	海老澤
		倉田	倉田	梶川	海老澤	倉田 (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



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。今回は、中郷町在住の亀山さん(78歳・男性)に自身の健康の秘訣についてお話を伺いました。

「自分にとって何が大切で、何がしあわせかを考える」

「健康づくりとして意識していることや取り組んでいることを教えてください」

私は、常に実年齢よりも10歳若いという前提で物事を考えるようにしています。「もう年だから…」という理由でなにかを諦めたくなからず、また、取り組みで言えば、健康づくりには生活リズム(日課やいつもの所作)を大切にしています。夜は21時には寝て、朝は4時には起きます。8時間以上は寝ないようにしています。食事は腹八分目にし、間食は極力しない。眠り過ぎたり、お腹がいっぱいになり過ぎたりすると、何だか体の自由が効かないような気がして。そういう体の「感覚」的なことに丁寧な気を配ることは大切だと思っています。

「ご自身の『生活リズム』はどのように見つけていかれたのでしょうか」

私は、定年退職になる60歳まで

サラリーマンをやっていました。退職を延長することもできませんでした。退職後の第二の人生を楽しみたかったので、延長はしませんでした。「第二の人生」を意識し始めたのは、55歳くらいからです。その頃から、自分にとって何が大切で、何がしあわせかを考えるようになりました。そのように丁寧にならざるを得ない。自分自身の生活リズムを見つけていきました。今は、竹細工をやったり、庭の剪定や畑をやったり、自分の好きなことに打ち込んでいるのも良いリズムになっています。



「健康の秘訣は何ですか」

やはり、休んでいることが好きでないので、常に動いていることが健康につながっています。また、自分にも他人にも嘘をつかず、人との信頼関係を築いていくことも健康の秘訣だと思っています。

【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  
 元気ステーション 川田 尚吾  
 元気ステーション 鈴木 和江  
 元気ステーション (菊池) ☎ 44-7111

**【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	山本・真下	中村	山本(1・4・5) 植草(2・3) 宮本(2・3)	植草・大森	植草・梶川	当番制	○	
		予約	植草・藤枝 大森	藤枝・山本	藤枝・横谷 植草(1・4)	真下	藤枝・山本	植草・当番制		
	午後	予約	植草・藤枝	宮本	植草(第5除く) 藤枝	植草・宮本	藤枝・宮本	*		
	腎臓内科専門外来 13:30～16:00		*	*	*	*	白井(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	*	*	*	*	*	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～	松浦 10:00～ 山崎(1・3) 9:30～	小出 (3・4) 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)	*	*	*	*	
	乳腺外来 13:30～15:00	*	大竹(第4)	*	立花(第2)	長塚(第3)	*	*	*	
産婦人科 13:00～16:00	午前	小池	小池	小池	小池	井上	小池	○		
眼科 13:00～16:00	午前	今留	*	今留	今留	今留	今留	婦人科のみ		
小児科 午後は予約のみ	午前	小宅・林	砂押	平木・林	関島	平木	*	*		
泌尿器科 13:00～15:00	午後	予防注射 林 小宅	*	乳児健診 平木	関島	平木	*	*		
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(第3)	楠(2・3)	金子	中村(1・3)	*		
	午後	*	*	*	楠(2・3)	金子	*	*		
	しびれ外来 9:00～11:00	*	*	遠藤(第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～	小林 9:30～	*	*		
	午後	窪田	小幡	稲垣	天神	小林	*	*		
耳鼻いんこう科 13:00～14:30	午前	*	佐々木	*	大澤	小海(第2)	非常勤	*		
	午後	*	佐々木	*	大澤	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・飯泉	長井 長谷川(2・4)	長井・飯泉・大森	長井・飯泉 (2・4・5)	福澤・飯泉	長井・飯泉	○		
	午後	長井・飯泉	長井 萩原(1・3・5) 長谷川(2・4)	長井・飯泉	高岡	福澤・飯泉	*			
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)	*	*		

## 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・火・水・金曜日

【問合せ】平日 月～金曜日  
9:00～12:00

問 感染症外来 ☎ 46-1121(代)

問 市民病院 医事課(石) ☎ 46-1121 内 7373

### 『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。



緊急情報  
メール  
配信登録



スポーツに関するお知らせ

### スポーツ大会参加者募集

#### 〈第66回市民卓球大会〉

▽**とき** 5月29日(日)

▽**ところ** 中郷中学校体育館

▽**申込方法** 5月20日(金)までに参加申込書または、所属・連絡先・代表者氏名・住所・所属者氏名・チーム内ランクを記載したものを、郵送またはメールで左記へ

▽**申込先** 北茨城市卓球連盟(谷内)

〒421-0454 北茨城市B&G海洋センター

Mail [kitta@blue.plala.or.jp](mailto:kitta@blue.plala.or.jp)

#### 〈第43回市民ゴルフ大会〉

▽**とき** 6月12日(日)

▽**ところ** 茨城バシフィックCC

▽**募集人数** 200人(先着)

▽**参加費** 2,000円

※別途チャリティー金、プレー費がかかります。

▽**申込方法** 5月10日(火)から5月24日(火)に電話かFAXで左記へ

※FAXの場合はホームページから参加申込書をダウンロードしてください。

▽**申込先** 北茨城市生涯学習課

〒421-0454 北茨城市B&G海洋センター

Fax 421-0454



### 学校プール開放について

市内小中学校プールを開放します。

#### ▽開放期間

市内小中学校の夏休み期間中

#### ▽開放時間

午前9時～午後3時 ※正午から午後1時までは昼食時間

帯とし遊泳禁止

#### ▽使用条件

市内に在住・在勤する者が10人以上の団体を構成し、かつ、当該団体に監視員(監督者)としての成人が含まれていること

#### ▽監視員

「日本赤十字社水上安全法講習会」または市教育委員会が指定する講習会を受講した者2人以上と救助できる体力を有する者2人以上で監視にあたるものとする

#### ▽事故の責任

使用者のけがの責任は使用者において負うものとする

#### ▽申込方法

5月6日(金)から5月20日(金)までに左記へ

▽**申込先** 北茨城市生涯学習課

〒421-0454 北茨城市B&G海洋センター

Fax 421-0454

Mail [kitta@blue.plala.or.jp](mailto:kitta@blue.plala.or.jp)

電話 43-3110

お問い合わせ 43-3110

### B&G海洋センタープール オープンのご案内

#### ▽一般開放期間

6月18日(土)～7月22日(金)の土日祝日

7月24日(日)～8月31日(水)

7月22日(金)の午後は休館

▽**開放時間** 午前9時～午後4時

お問い合わせ 43-3110

お問い合わせ 43-3110

お問い合わせ 43-3110

お問い合わせ 43-3110

お問い合わせ 43-3110

#### ▽利用料金

小学生～中学生(110円)

高校生以上(220円)

65歳以上、未就学児(無料)

お問い合わせ 43-3110



お問い合わせ 43-3110

### 市民プールの休館について

令和4年度の市民プールは、市民体育館敷地を新型コロナワクチン接種会場として使用するため休館とします。ご理解ご協力のほどよろしくお願ひします。

お問い合わせ 43-3110

# 令和4年度 スポーツカレンダー

大会名	日程	大会名	日程
市民ソフトテニス大会(中学生の部)	5月7日(土)	市長杯少年サッカー大会	10月15日(土)
市長杯グラウンドゴルフ大会	5月11日(水)	磯原杯近県ソフトテニス大会	10月16日(日)
市民ソフトテニス大会(高校・一般の部)	5月21日(土)	市長杯クロッケー大会	10月14日(金)
市民卓球大会	5月29日(日)	スポーツ教室(ヘルシーボール)	10月16日(日)
相撲大会	未定	市長旗争奪野球大会	10月15日(土)、16日(日)、22日(土)
市民ゲートボール大会	6月8日(水)	市民ママさんバレーボール大会	10月16日(日)
市長杯ママさんバレーボール大会	6月11日(土)	スポーツ教室(ファミリーバトミントン)	10月29日(土)
市長杯お父さんソフトボール大会	6月11日(土)	市民テニス大会	10月30日(日)
市民ゴルフ大会	6月12日(日)	県北スポーツ交流会	未定
防犯柔剣道大会	7月3日(日)	中学校野球選抜対抗戦	11月5日(土)、6日(日)、12日(土)、13日(日)
B&G海洋センター水泳大会	7月16日(土)	スポーツ少年団交流大会	11月5日(土)
市民ソフトボール大会 1日目	7月17日(日)	市民剣道大会	11月27日(日)
市民ソフトボール大会 2日目	7月24日(日)	学童野球大会	12月3日(土)、4日(日)
スポーツ教室(走ろう)	未定	北茨城駅伝大会	12月4日(日)
市長旗学童野球大会 1日目・2日目 ※トスポール 市長旗予備日に仮予定	7月23日(土)、24日(日)	茨城県民駅伝競走大会	未定
市民弓道大会	7月31日(日)	市民バスケットボール大会(中学)	12月11日(日)
市民6人制バレーボール大会	8月6日(土)	市民柔道大会	12月10日(土)
ゲートボール秋季大会	9月7日(水)	市長杯中学校ソフトテニス選抜大会	12月17日(土)、18日(日)
市民クロッケー大会	9月22日(水)	市民サッカー大会(中学)	12月17日(土)
市民ミニバスケットボール大会	10月1日(土)	市民マラソン大会	1月14日(土)
市民バスケットボール大会(一般)	10月2日(日)、9日(日)	市民居合道大会	2月18日(土)
市長杯ゲートボール大会	10月5日(水)	市民サッカー大会(高校・一般)	3月19日(日)

問 生涯学習課 スポーツ振興係 内 4 2 1、4 2 2

## 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)

#### ◆3月22日～4月20日までの検査結果

項目	検査件数	検査結果 基準値を超過した件数	検査品目
水産物	10	0	メバル、ヒラメ、黒ソイ、マコガレイ、ナメタガレイ

※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 内 3 8 2

### 農産物等の放射性物質濃度測定

#### ◆3月18日～4月18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	0	0	椎茸
野菜、果物類	7	4	0	タラの芽(2件)、竹の子(2件)、みつば、せり、うど
肉類	1	0	1	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「タラの芽」、「竹の子」です。

基準値を超過した品目は「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。

※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 環境保全係 内 3 7 5  
非破壊放射能検査施設 ☎ 4 6 - 3 1 5 1

### 市内の放射線量の測定

#### 都市公園(地上50cm)

測定場所	測定値	
	3月4日、11日	
汐見ヶ丘 近隣公園	0.07	
栗野 第一公園	0.06	
磯原 中央公園	0.05	
五浦 第二公園	0.07	
浜道 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 2 8 3

#### ◆常設型モニタリングポスト

(設置場所:市役所玄関わき)  
3月17日～4月12日の測定値  
・最大値 0.077(4月1日)  
・最小値 0.055(3月22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。

#### ◆食品の放射性物質濃度測定について

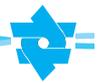
大津港にある非破壊放射能検査施設にて測定します。事前下記まで電話予約をお願いします。

問 非破壊放射能検査施設 ☎ 4 6 - 3 1 5 1

(月～金、午前9時～午後3時)

#### ◆放射線量測定器の貸し出しについて

生活環境課で受け付けています。



## 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。



【5月、6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
	12日 お部屋飾り制作	2日 母の日制作	10日 身体測定	10日 戸外遊び
	13日	10日 健康講座	12日 シャボン玉遊び	13日
	16日 カレンダー制作	13日 お誕生日会	17日 リトミック教室 要予約	17日 クレヨン遊び
	17日	17日 英語で遊ぼう		20日 運動遊び
	19日 リトミック	19日 シルエットゲーム	19日 歯みがき制作	24日 カレンダー制作
	23日 てるてる坊主制作	24日 3B体操	26日 お誕生日会	27日 戸外遊び(シャボン玉)
	24日	25日 リトミック (1部) 0歳～1歳半対象 10時～11時 (2部) 1歳半～対象 11時～12時	31日 親子交流会 要予約	31日 玩具制作
	26日 父の日制作			
	27日			
	30日 お誕生日会			
	31日 大型絵本・読み聞かせ			
	2日 英語であそぼう!	3日 お誕生日会	2日 父の日制作	
	3日 虫歯予防DAY	8日 父の日制作	7日 身体測定	7日 小麦粉粘土
	6日 壁面制作		9日 父の日制作	10日 室内遊び
	7日		14日 リトミック教室 要予約	14日 スプーン遊び
9日 時計制作	17日 父の日プレゼント制作			
10日	23日 七夕制作		21日 リズム遊び	
		30日 お誕生日会	24日 カレンダー制作	
		※日にちは未定ですが、歯みがき指導を予定しています		
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 5月19日(木)
- ・1歳6カ月児健康診査 5月27日(金)
- ・2歳児歯科健康診査 5月12日(木)、6月2日(木)
- ・3歳児健康診査 5月13日(金)、6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。

#### 育児相談

（5カ月以上の乳幼児、要予約）

▽とき 5月25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

さい

内 196

#### 移動児童相談

▽とき 5月11日(水)、6月1日(水)

午前10時～午後3時

▽ところ 大津子どもの家

内 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

☎ 050-544512856

(24時間365日対応可)

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、みな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、みな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（小野） 内193

料金受取人払郵便

3 1 7 - 8 7 9 0

日立郵便局  
承認  
**544**

差出有効期間  
2024年3月  
31日まで

（切手を貼らずに  
お出しください）

北茨城市長  
豊田  
稔  
行

北茨城市磯原町磯原一六三〇番地

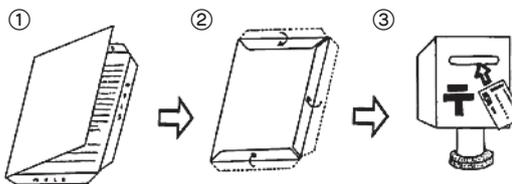


## あなたの声を市政に



- 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取り、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。

### 封筒の作り方



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。





# 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!!

## 成人が1日に必要な飲料水の量は?

- ① ~1リットル
- ② 2~3リットル
- ③ 10リットル~

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」アプリで受け取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!

iPhone版 App Store からダウンロード

Android版 Google Play で手に入れよう

## 防災豆知識

成人が1日に必要とする飲料水の量は、ひとり2~3リットルと言われており、災害時に備えて最低でも3日分、家族全員の分を備蓄しておく必要があります。

備蓄用飲料水は賞味期限が5年や10年と長く、1度購入しておけば長期保存が可能です。

また、普段から飲み慣れたミネラルウォーターを備蓄しておき、定期的に消費し買い足すなど、『ローリングストック』と言われる方法もおすすです。



成人が1日に必要な飲料水の量は、ひとり2~3リットルと言われており、災害時に備えて最低でも3日分、家族全員の分を備蓄しておく必要があります。



資料 野口雨情の第一童謡集 大正10年刊『十五夜お月さん』(当館蔵)

「十五夜お月さん」は、大正9(1920)年、童謡雑誌『金の船』9月号に、作曲者

- 一 十五夜お月さん  
御機嫌さん  
婆やは お暇 とりました
- 二 十五夜お月さん  
妹は  
田舎へ 貰れて ゆきました
- 三 十五夜お月さん  
母さんに  
も一度 わたしは 逢いたいな

今回はその展示品の中から、「十五夜お月さん」を紹介しします。

### はじめに

野口雨情は、明治15(1882)年5月29日に生まれたので、今年が生誕140周年にあたります。野口雨情が創作した数多くの童謡は、今も歌い継がれています。

5月11日開催の企画展「野口雨情の童謡―資料館収蔵品を中心に―」では、野口雨情の数ある童謡の中からいくつかを、展示を通して紹介します。

歴史民俗資料館収蔵の資料が語る  
 北茨城市の歴史 ⑪

### 童謡の背景

野口雨情の長男である野口雅夫氏は、「家庭の父母が少しの間別れて暮らすことになり、父と私と妹が水戸の駅前の宿屋で母と別れました。母は栃木県の実家に帰って行ったのです。その時は明るい月夜の晩でした。私は父の着物の袖をしっかりと握りしめて、母の後姿を見送ったものです」と、「十五夜お月さん」は野口雨情がその時の心境を歌ったものと述べています(『没落をうたった「黄金虫」父・雨情の童謡』『太陽』1月号 日本童謡集)。

「十五夜お月さん」は、野口雨情の心に残る別れの情景が、童謡として表現されたものと考えられます。

### 令和4年度 第1回企画展

「野口雨情の童謡」

―資料館収蔵品を中心に―

期間…令和4年5月11日(水)~7月10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。

# 掲 示 板

お知らせ



## 募集 第2回ふるさと自然塾 「平潟港から勿来切通し ウォーク」

絶景の平潟港から江戸時代に参勤交代で通った勿来切通の古道を経て、勿来関に向かいます。初夏の海と史跡を巡りながら、楽しく歩きましょう(無料)。

▽とき 6月19日(日)  
午前9時30分～午後1時30分

▽集合 平潟港  
▽対象者 小学生以上(中学生までは保護者同伴)

▽定員 40名(先着)  
▽申込方法 5月29日(日)までに電話かFAXで、住所・氏名・年齢・電話番号を左記へ

※新型コロナウイルス感染症拡大時、または悪天候時は中止とします。

問 市生涯学習センター  
ふるさと自然塾事務局  
(花園) ☎46-11234  
FAX 46-6916

## 募集 認知力アップ教室

認知機能の低下を防ぐための対策は早ければ早いほど良いと言われています。最近物忘れが気になる方や認知症予防に興味のある方に向けた全8回コースの教室です。

▽とき 6月～7月中の全8日  
▽ところ 元氣ステーション

▽対象者 認知機能の維持や低下予防をしたい方  
・物忘れなど気になる方で、医師から運動制限を受けていない方  
・できるだけ全日程参加可能な方

▽募集人数 10人(抽選)  
▽内容 ミニ講座、軽い運動、脳の活動等

▽申込方法 5月27日(金)までに左記へ  
元氣ステーション  
(北茨城市コミュニティケア総合センター)  
(鈴木) ☎44-7111



## 案内 就労相談のお知らせ

さまざまな理由で仕事に就くことが困難な若者のために就労相談を実施しています。「働きたいのに働けない」「誰に相談したらいいのかかわからない」「就職活動のやり方を教えてほしい」など、就職に悩む方への相談にキャリアアコンサルタントが応じています。相談は個別に行い、一人ひとりのお話を丁寧にお聞きします。電話による事前予約制で、相談は無料です。

▽対象 15歳～49歳の未就労者とそのご家族  
【東北地区】  
日時：毎月第2・4火曜日(祭日は除く)  
午後1時～4時  
場所：多賀市民プラザ(大久保交流センター)

【関東地区】  
日時：日曜・祭日を除く毎日、午前10時～午後5時  
場所：いばらき若者サポートステーション  
いばらき若者サポートステーション  
☎0120-7171-557



## 案内 災害時のストーマ装具の保管制度について

災害時ストーマ装具が届かない場合に備え、市社会福祉課で保管し、避難所にお届けする制度です。

▽対象者 市内に居住するストーマ装具を必要とする方で、災害時に避難所で使用するストーマ装具の保管を希望する方

▽申請方法 記名した密閉できるビニール袋に入れたストーマ装具(概ね1週間分)を社会福祉課まで持参

▽保管期間 1年間(1年ごとに更新)  
申問 社会福祉課  
(鈴木(花)) ☎137

## 案内 全国一斉ダム管理演習

ダム管理事務所および各警報局のスピーカー放送とサイレンを吹き鳴らしてのダム管理演習を行います。なお、ダムからの放流は行いません。

▽とき 5月13日(金)  
▽実施するダム 水沼ダム、花貫ダム、小山ダム、十王ダム

問 県高萩工事事務所  
ダム管理課 ☎22-2323

## 案内 5月5日～11日は 児童福祉週間です

厚生労働省では子どもの健全な成長について国民全体で考えることを目的に、5月5日のこの日から1週間を「児童福祉週間」と定めています。

お子さんのことで悩んだ時や、地域のお子さんについて心配なことがあるときは左記へご連絡、ご相談ください。

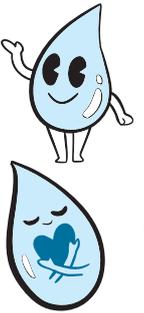
▽連絡先  
・児童相談所全国共通ダイヤル 189(いちばやく)  
・子育て支援課 児童福祉係  
(鈴木、吉田)  
☎132、133

## 案内 献血を実施します

▽とき 5月24日(火)、10月11日(火)、令和5年2月2日(木)  
午前10時～11時45分、午後1時～4時

▽ところ 市役所1階ロビー  
▽主催 北茨城市、北茨城桜ライオンズクラブ

問 健康づくり支援課  
(小松) ☎197





診療時間 午前9時～午後5時		
5/8 北茨城クリニック ☎46-5101 (大津町)	5/29 いそはらクリニック ☎30-1580 (磯原町)	6/19 市民病院 ☎46-1121 (関南町)
5/15 市民病院 ☎46-1121 (関南町)	6/5 市民病院 ☎46-1121 (関南町)	6/26 なかの循環器科内科クリニック ☎30-1002 (中郷町)
5/22 大津町クリニック ☎30-2200 (大津町)	6/12 友愛クリニック ☎43-1398 (磯原町)	※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。

※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

## 5月 市立図書館 - May - 新刊図書

- 心い 石田 衣良
- テウトの創業 岩木 一麻
- ファズイーター 深町 秋生
- チングス紀 13 北方 謙三
- 香君 上・下 上橋菜穂子
- タヌキの土居くん 富安 陽子

市立図書館 ☎42-1451

### 5月～6月

日	月	火	水	木	金	土
5/1	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	6/1	6/2	6/3	6/4

□ は休館日です。

#### ☆図書館おはなし会☆

5月11日(水)、18日(水)  
午前10時～10時30分

#### ☆エプロンシアター☆

5月14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☆

5月28日(土) 午後2時～2時30分

#### ☆ぼっぼのおはなし会☆

5月25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。

### 来月の納期

市県民税 6月30日(木)

### 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

5月17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

#### ■精神保健相談(要予約)

5月18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	司法書士相談	行政書士相談	人権相談
と き	6月9日(木) 午後1時～4時30分	5月23日(月) 午後1時～4時	6月2日(木) 午後1時～5時	6月8日(水) 午後1時～3時
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。			事前予約不要 当日、直接会場へ お越しください。
電話予約開始日	6月2日(木)	5月16日(月)	5月26日(木)	
備 考	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)	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	不動産の名義変更、相続、贈与	相続や遺言、各種行政手続き	いじめ、差別、嫌がらせ

☎まちづくり協働課 広報広聴係 (小野) ☎193



# うちのアイドル!

# 募集中!

「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) **ぜひご応募ください!!**

### ●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

※申込書は右記窓口または市HPからダウンロードできます。

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



## わたしの夢パレット

### 市役所で働きたい



石岡小学校 6年  
橋本 柑汰さん

ぼくのしょう来の夢は、市役所の職員になることです。ぼくは、生まれてからずっとずっと北茨城市に住んでいるので、大好きな北茨城市のために、大人になったら恩返しをしたいです。

市役所では、住民と直接関わりながら市民のこまごまことや不安を解消していくことができます。あまり専門的な知識を知らない市民の皆さんからすると、気軽に相談できる市役所はとてもありがたい場所です。だから、ぼくは市役所で働いて市民の皆さんの役に立ちたいです。そのため、これからがんばりたいことがいくつもあります。まず、しっかりと勉強をします。中学校、高校、大学と進学していくって、いろいろ

なことを学びたいです。文章を読み取ったり、計算をしたり、自然のことをおぼえたり、社会のじょうしきを知ったりするなど、たくさんこのことを覚える必要があると思います。そのほかにも、二次試験では、面接があるそうです。人前できちんとしゃべらないように、授業で何回も発表して人前で話す練習をして、慣れていきたいと思います。また、小論文もあります。小論文では、自分の考えをわかりやすく書かないといけません。ぼくは、文章を書くことがそれほど得意ではないので、文章を書く練習をがんばりたいです。



磯原町大塚の西明寺公民館前に、今年も色とりどりの鯉のぼりが泳いでいます。地域の皆さんが家に眠っている鯉のぼりを持ち寄って揚げたのが始まりだそうです。10年以上続けられています。今年も100匹を超える鯉のぼりが子どもたちの健やかな成長を願って仲良く泳いでいます。

## ピックアップ 市の名所

### 西明寺の鯉のぼり

### 市の人口と世帯 令和4年4月1日現在 ( )内は前月比

総人口	40,689人 (-159)	出生	21人 (+7)
男	20,263人 (-65)	死亡	62人 (+17)
女	20,426人 (-94)	転入	114人 (+50)
世帯数	16,940世帯 (-24)	転出	232人 (+150)

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



### 北茨城市 ホームページ

