

# 薬局で安定ヨウ素剤の配布がはじまりました

万が一の原子力災害に備え、東海第二発電所からおおむね5 km 圏にお住まいの方に、国の指針により、あらかじめ安定ヨウ素剤を無料で配布しています。対象者でまだ受け取っていない方は、ぜひ、お近くの薬局で受け取ってください。

**対象者** 神田町、下土木内町、留町、大和田町、石名坂町、茂宮町、南高野町、久慈町、みなと町、大みか町にお住まいで、まだ受領していない方など

\*対象者には、令和2年11月に茨城県から通知を発送しています（令和2年10月以降に転入・出生された方には、令和3年2月中旬頃に茨城県から通知が届きます）。

**配布薬局** 市内12か所（右表のとおり）

\*各薬局の営業日、営業時間などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

**受取方法** 茨城県からの通知、整理券、チェックシートを持参してください。

## 【配付薬局一覧】

薬局名称	薬局所在地	電話番号
みなみ薬局	久慈町 4-16-9	28-0661
アルファーム薬局大みか店	大みか町 2-22-29	25-5191
あい薬局	金沢町 1-7-23	25-7715
みすず薬局日立金沢町店	金沢町 3-20-2	32-5571
東金沢薬局	東金沢町 5-6-16	28-4189
日立クローバー薬局	桜川町 3-10-6	33-8057
長山薬局	多賀町 1-2-2	33-0780
くすりのマルト調剤薬局 鮎川店	鮎川町 3-1-1	25-7080
フロンティア薬局日立店	助川町 2-14-5	27-6331
アイン薬局日立田尻店	田尻町 3-23-5	44-7127
クオール薬局日立北店	小木津町 962-3	87-8389
アイン薬局十王店	十王町伊師 3448-1	20-6866

**問合せ** 防災対策課原子力安全対策室 内線 577

## 日立シビックセンターの催し

時…日時 場…場所 対…対象 内…内容 出…出演 定…定員 料…料金 申…申し込み 問…問合せ 他…その他

### ①天球劇場のVLOG～特別編！月面Xライブ配信～

時 2月19日(金) 午後7時～7時30分 内 月の表面に見ることができる「X」の様子を、日立シビックセンターからライブ配信します。他 曇雨天時は2月20日(土)に上弦の月の様子を配信、2月20日(土)も曇雨天の場合は月のお話を配信。公式YouTubeチャンネルは右のQRコードから



### ②シビックサロン「アトリウム茶会-春-」

時 2月21日(日) 午前10時～午後1時 場 日立シビックセンターアトリウム 内 椅子に座って行う立礼式のお茶会です。協力=日立茶道連盟 定40人 料300円 申 当日会場で受付

### ③ストリートダンスワークショップ

時 3月25日(木) 午前10時～正午、午後2時～4時 場 日立シビックセンターマーブルホール 対 小学3年生～6年生 内 ダンスを通して自由な身体表現の楽しさや喜びを学びます。講師=バファリンさん（市内ダンススクール講師） 定 各回20人 料 2,000円 申 2月20日(土)の午前10時から電話で申し込みを。

### ④バギーコンサート～クラシック音楽で世界旅行～

時 3月25日(木) 午前11時開演 場 日立シビックセンター多用途ホール 内 泣いたり、騒いでも大丈夫な、0歳から楽しめるコンサートです。出 湯本景子さん・皆川久子さん（ピアノ）、三村千花さん（ユーフォニアム） 定 70人 料 無料 申 2月20日(土)の午前10時から日立シビックセンターのホームページで申し込みを。他 ベビーカーのまま入場可。授乳室、オムツ替えスペースあり。座席は主催者で指定します。

### ⑤日立シビックセンター市民音楽企画

#### 第30回ひたち出身者によるコンサート「音楽の園」

時 4月11日(日) 午後2時開演 場 日立シビックセンター音楽ホール 出 石井来実さん・大越菜奈さん（ピアノ）、瓦吹弘樹さん（フルート）、藤 貴史さん（トランペット） 料 全席自由 大人1,000円（当日1,300円）、高校生以下500円（当日700円） 申 2月21日(日)の午前10時から電話で申し込みを。

#### ＜新型コロナウイルス感染症に関する注意事項＞

- 茨城県などが定めているガイドラインに基づき、新しい生活様式に合わせた運営に取り組んでおります。
- 「いばらきアマピエちゃん」に登録されたイベントです。
- お客様同士の適切な距離を確保できる座席配置にしています。
- 中止や、定員数・内容を変更する場合があります。

**問合せ** ①日立シビックセンター科学館 TEL 24-7731

②③日立シビックセンター TEL 24-7711

④日立シビックセンター音楽ホール TEL 24-7755

⑤日立シビックセンターチケットカウンター TEL 24-7720

日立市役所 〒317-8601 助川町1-1-1 TEL 22-3111 IP 電話 050-5528-5000

今年もやります！

ひたち発

第2弾！

ラジオ体操のまち日立市



ラジオ体操

それ♪ 1 2 ! 3 !!

20日間  
取り組んで  
景品を  
ゲット！！

問合せ 生涯学習課 内線 633



- 気軽に取り組めるラジオ体操で、運動不足の解消と健康づくりをしよう！
- ラジオ体操に取り組んだら、付属（11ページ）のカードに記録しよう！
- 20日間取り組むと、景品として公共施設無料券などをプレゼント！

体操実施期間

2月5日(金)～3月10日(水)

景品交換期間

3月1日(月)～3月31日(水)

## 交換方法

\*交換は、本人またはご家族に限ります。

交換を行える場所で20日間の取り組みを記録した「ラジオ体操カード」を持参すると、希望の景品と交換することができます。

## 交換場所

教育プラザ、多賀支所、南部支所、豊浦支所、日高支所、十王支所、西部支所

- \* 交換時間：平日 午前9時～午後5時  
土・日曜日 午前9時～正午、午後1時～5時  
なお、土・日曜日は「教育プラザ、多賀・南部・十王支所」でのみ交換可能です。
- \* 祝日の交換は行っていません。
- \* ラジオ体操の放送時間などは、裏面(10ページ)をご覧ください。

\* ラジオ体操を実施する場合には、「3密（密集、密接、密閉）」にならないよう、十分に注意を払い、必要に応じてマスク着用、事前事後の消毒・手洗い、距離を取るなどの予防策を図ってください。

# 交換できる景品の例

ひたち大好き博士 Tako



かみね動物園・レジャーランド共通入場券



奥日立きららの里入場券



Hiタッチランド・ハレニコ！入場券



鵜来来の湯十王利用券



ひたちの水（3本）



日立市指定ごみ処理袋  
(45リットル・10枚または  
20リットル・20枚)



ラジオ体操エコバッグ  
(画像はイメージです)



文房具セット

\* 景品は変更になる場合があります。

# ラジオ体操の放送時間

NHKラジオ放送			NHKテレビ放送		
ラジオ第1	午前6時30分～	毎日	Eテレ	午前6時25分～	毎日
ラジオ第2	(再)午前8時40分～	月～土曜日	総合	午後2時55分～	月～金曜日
	正午～				
	(再)午後3時～				
JWAY (11ch)			インターネット動画		
午前7時25分～	毎日	【日立市】みんなで実践！ラジオ体操動画でラジオ体操のポイントを、わかりやすく紹介しています。	【URL】 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=P8Nzjf1vK8s">https://www.youtube.com/watch?v=P8Nzjf1vK8s</a>		
午後0時25分～					
* ケーブルテレビJWAYをご契約の方のみ、視聴可能です。					



## ラジオ体操の考案者は日立市出身！

遠山 喜一郎さん（日立市水木町出身）

遠山さんは、現在使用されているラジオ体操の考案に関わりました。1909年開催のベルリンオリンピックに体操日本代表として出場しました。





カードの使い方

- ♪ ラジオ体操をした日付を記入しましょう。
- ♪ まわりの人と間隔をあけて行いましょう。

住所

氏名 年齢 歳

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
Tako	16	17	18	19
			無料でラジオ体操のレッスン動画が見られるぞ!	
ひたち大好き博士キャラクター Dr. さくら (左)、Dr. ひたち (右)				20

きりとりせん



カードの使い方

- ♪ ラジオ体操をした日付を記入しましょう。
- ♪ まわりの人と間隔をあけて行いましょう。

住所

氏名 年齢 歳

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
Tako	16	17	18	19
			無料でラジオ体操のレッスン動画が見られるぞ!	
ひたち大好き博士キャラクター Dr. さくら (左)、Dr. ひたち (右)				20

きりとりせん



カードの使い方

- ♪ ラジオ体操をした日付を記入しましょう。
- ♪ まわりの人と間隔をあけて行いましょう。

住所

氏名 年齢 歳

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
Tako	16	17	18	19
			無料でラジオ体操のレッスン動画が見られるぞ!	
ひたち大好き博士キャラクター Dr. さくら (左)、Dr. ひたち (右)				20

きりとりせん



カードの使い方

- ♪ ラジオ体操をした日付を記入しましょう。
- ♪ まわりの人と間隔をあけて行いましょう。

住所

氏名 年齢 歳

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
Tako	16	17	18	19
			無料でラジオ体操のレッスン動画が見られるぞ!	
ひたち大好き博士キャラクター Dr. さくら (左)、Dr. ひたち (右)				20

# 第2弾!

めざせ!! 20日間

## ラジオ体操

### それ♪ 1 2! 3!!

体操実施期間

2 / 5 ~ 3 / 10

景品交換期間

3 / 1 ~ 3 / 31

[交換場所]

教育プラザ、多賀・南部・豊浦・日高・十王・西部支所  
(土・日曜日は、教育プラザ、多賀・南部・十王支所で交換できます)

[時間]

平日：午前9時～午後5時  
土・日曜日：午前9時～正午、午後1時～5時  
\*祝日は交換できません。

ラジオ体操の考案者  
遠山喜一郎さん (日立市出身)

【問合せ先】日立市教育委員会生涯学習課 ☎ 22-3111 (内線 633)

きりとりせん

# 第2弾!

めざせ!! 20日間

## ラジオ体操

### それ♪ 1 2! 3!!

体操実施期間

2 / 5 ~ 3 / 10

景品交換期間

3 / 1 ~ 3 / 31

[交換場所]

教育プラザ、多賀・南部・豊浦・日高・十王・西部支所  
(土・日曜日は、教育プラザ、多賀・南部・十王支所で交換できます)

[時間]

平日：午前9時～午後5時  
土・日曜日：午前9時～正午、午後1時～5時  
\*祝日は交換できません。

ラジオ体操の考案者  
遠山喜一郎さん (日立市出身)

【問合せ先】日立市教育委員会生涯学習課 ☎ 22-3111 (内線 633)

きりとりせん

きりとりせん

# 第2弾!

めざせ!! 20日間

## ラジオ体操

### それ♪ 1 2! 3!!

[交換場所]

教育プラザ、多賀・南部・豊浦・日高・十王・西部支所  
(土・日曜日は、教育プラザ、多賀・南部・十王支所で交換できます)

[時間]

平日：午前9時～午後5時  
土・日曜日：午前9時～正午、午後1時～5時  
\*祝日は交換できません。

体操実施期間

2 / 5 ~ 3 / 10

景品交換期間

3 / 1 ~ 3 / 31



ラジオ体操の考案者  
遠山喜一郎さん (日立市出身)



【問合せ先】日立市教育委員会生涯学習課 ☎ 22-3111 (内線 633)

きりとりせん

# 第2弾!

めざせ!! 20日間

## ラジオ体操

### それ♪ 1 2! 3!!

[交換場所]

教育プラザ、多賀・南部・豊浦・日高・十王・西部支所  
(土・日曜日は、教育プラザ、多賀・南部・十王支所で交換できます)

[時間]

平日：午前9時～午後5時  
土・日曜日：午前9時～正午、午後1時～5時  
\*祝日は交換できません。

体操実施期間

2 / 5 ~ 3 / 10

景品交換期間

3 / 1 ~ 3 / 31

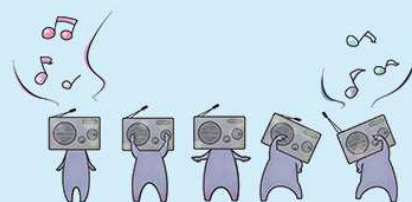


ラジオ体操の考案者  
遠山喜一郎さん (日立市出身)



【問合せ先】日立市教育委員会生涯学習課 ☎ 22-3111 (内線 633)

# ラジオ体操実践団体をご紹介します みんなで元気に楽しくラジオ体操!!



## 団体名

### 山の神団地ラジオ体操「まごころの会」

代表：佐藤 勲

**活動日** 毎日（元日と雨天時は中止）

**開始時間** 午前6時30分～6時40分

**活動場所** 山の神団地内（西成沢町）

**活動内容** NHKラジオ体操の放送に合わせて、ラジオ体操第1、第2を行っています。良い交流・情報交換の場にもなっており、楽しく毎日の始まりを感じることができます。

**活動実績** 平成25年7月20日から開始

**参加対象者** 誰でも参加が可能ですので、気軽にご参加ください。「ラジオ体操」ののぼり旗が目印です。

\*興味のある方は、直接、開催場所に行くか、問い合わせてください。

**現在の活動人数** 12人



**問合せ** 生涯学習課 内線 633

日立市の施策などをシリーズでお伝えします

## あなたもコミュニティのメンバーです ⑦2

### 日立市コミュニティ推進協議会のホームページがリニューアル

日立市コミュニティ推進協議会のホームページが、リニューアルしました。

コミュニティ推進協議会や各学区(地区)コミュニティ単会で実施する行事やイベントなどの最新情報、コミュニティ活動における各種制度などについて、ご紹介しています。

#### ～デザイン・レイアウトの変更～

ホームページカラーのモチーフは桜。桜色を用いたデザイン、フォントの種類や大きさなどの工夫により、やさしく、見やすいホームページになりました。また、どこに、どんな情報が掲載されているか、分かりやすくなるよう、レイアウトの変更などの整理を行いました。

#### ～広報紙の掲載～

各学区・地区では、地域に関する情報やイベン

ト、交流センターの開館情報などを掲載している広報紙を作成しています。

今回のリニューアルでは、その全ての広報紙が一覧として掲載され、最新情報を手に入れやすくなりました。各学区・地区の地域情報をこのホームページからも確認できます。

ほかにも、ホームページには、コミュニティ推進協議会に関する情報が盛りだくさんです。

詳しくは、「日立市コミュニティ推進協議会」で検索！ぜひ、ホームページをご覧ください、コミュニティ活動に積極的に参加しましょう。あなたもコミュニティのメンバーです。まちづくりを支え合いましょう！

**問合せ** コミュニティ推進課 内線 488

シリーズ