

市報

令和5年
(2023年)

6.5

No.1745

ひたち



P2. 特集

「健康で、いつまでも。
- 人生100年時代を生きる」

- 救急搬送時間 県内最短に！ 8
- 日立市特別名誉市民 故 ローガン・J・ファックスさん 12

自分の生きがいである娘とのコミュニケーションや旅行をもっと便利に！との思いでスマートフォン(タブレット)の利用方法をICT相談員から学ぶ佐藤さん(左)。

人生100年時代…生きがいづくりにチャレンジしてみませんか。



問合せ 高齢福祉課 ☎ 内線 290

特集 健康で、いつまでも。

— 人生 100 年時代を生きる

あなたは「生きがい」を持って日々を送っていますか？

今では当たり前のように聞くようになった少子高齢化：

日立市も例外ではなく、65歳以上の高齢者の割合は年々増加し、2023年3月31日現在、約34%となりました。

2025年には「団塊の世代」が75歳以上の後期高齢者になり、更に、その先に控える「団塊ジュニア世代」が高齢者になる2040年も遠い未来ではありません。

高齢化率の高まりとともに、認知症高齢者が増える傾向にあります。また、後期高齢者の健康診査受診結果においては、受診した方の約7割が「要医療」となっています。

人生100年時代！

楽しく心豊かで健康な毎日を送るためには、生きがいをもち続けることが大切です。

今回の特集では、生きがいを持って生活を送る方の紹介を交えながら、市が独自に取り組むさまざまな事業・支援をご紹介します。

是非一歩踏み出して、生きがいづくりにチャレンジしてみてください。

生きがいを持つことの大切さ

約2人に1人が高齢者の時代に

日立市も2040年には高齢化率が44%となる見込みで、ますます人生100年時代が現実のものとなってきます。そして、人生の後半を生きがいを持って過ごしたい、誰しもがそう思うところではないでしょうか？

しかし、「生きがい」とは何でしょう。実に漠然としたイメージですが、一般的には生きる張り合いや生活の充実感があると「生きがいを感じる」と表現している方が多いように思います。

積極的な社会参加がカギ

「生きがいを感じる」ためには、どのような生活習慣が必要でしょうか。

私は、自分に合った「社会参加」だと思います。

介護予防としてよく取り上げられるフレイル（まだ介護が必要ではないが、心身の機能が衰えはじめた状態）も、そのはじまりの前段階は「社会性のフレイル」です。「社会性のフレイル」は、自宅に閉じこもりがちになり、社会との触れ合いが希薄になることから始まります。各種サークルやサロンでお喋りをしたり、趣味や好きな事に挑戦してみたり、どうでしょう。そこから生まれる「笑い」はストレス解消だけでなく、免疫細胞を活性化することが知られており、健康面でも期待ができます。

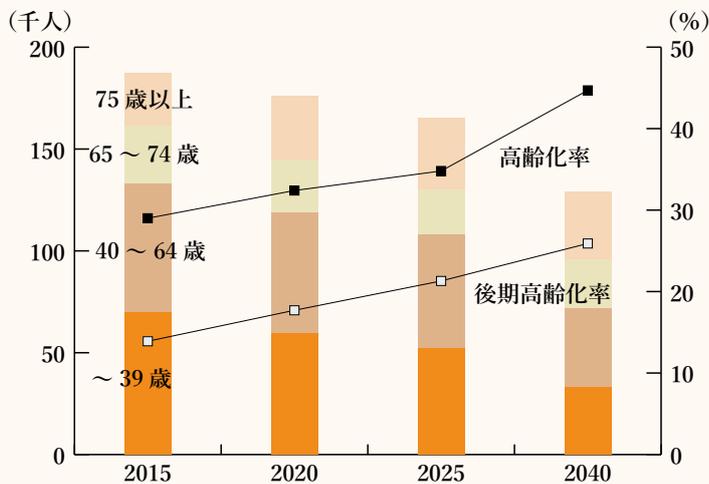
趣味のサロン活動やニュースポーツなど、市内で取り組まれているさまざまな活動を通じて、これまで培ってきた豊富な知識、経験、技術を地域活動に活用することが、なによりも自らの生きがいと健康づくりに貢献できるものと思っています。



日立市在宅医療・介護連携推進協議会 会長
日立市胃腸科外科 院長 佐々木 栄一さん

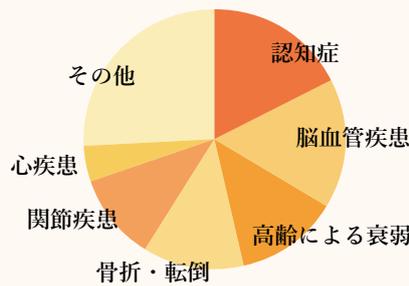
グラフで見る高齢化

日立市の人口と高齢化率の将来推計



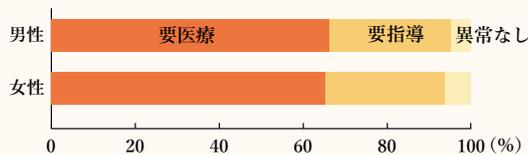
(出典：日立市高齢者保健福祉計画 2021)

要介護・要支援の主要原因



(出典：国民生活基礎調査 (令和元年度))

後期高齢者の健康診査受診結果



(出典：後期高齢者健康診査実施状況 (令和4年度))



あなたはどの活動？

こんな活動に参加してみませんか？！



スマートフォンなどの使い方がわからない、使ってみたい方

高齢者はじめてICT

スマートフォンなどの操作方法が分からなくて困っている方を対象とした個別の「高齢者ICT相談コーナー」や「初心者タブレット教室」などを開催しています。ひとりで悩まず、気軽にご利用ください。

問合せ 高齢福祉課 ☎ 内線 290

高齢者ICT相談コーナー

7月3日(月) いこいのひろば元気カフェべんてん
7月10日(月) 元気カフェくじはま

初心者タブレット教室

7月4日(火) 大久保交流センター
7月11日(火) 十王交流センター

*詳しくは、15ページをご覧ください。

8月以降は、市報で随時お知らせします。

*スマートフォン教室も、今後開催予定です。

資格を取得したい、新しい趣味を見つけない方

生きがいつくりチャレンジ応援

今までチャレンジできなかった、気になっていた資格や免許の取得を考えている方。かかる費用の一部を補助していますので、これを機にぜひチャレンジしてみませんか。

問合せ 高齢福祉課 ☎ 内線 477

対象 市内在住の65歳以上の方

補助額 資格など取得にかかった受験料、受講料、教材費、登録に係る費用の合計の2分の1 (上限1万円)

申し込み 取得後に、申請書と必要書類を直接か郵送で、高齢福祉課へ

*詳しくは市HPをご覧ください。



働きたい、知識や経験を活かしたい方

シルバー人材センター

シルバー人材センターでは、さまざまな仕事やボランティア活動などの機会を提供しています。あなたがお持ちの知識や経験を活かして、活躍してみませんか。



問合せ 日立市シルバー人材センター ☎ 33-5586



人と遊びたい、おしゃべりを楽しみたい方

高齢者クラブ

明るく、楽しく日々を過ごせるよう、グラウンドゴルフや囲碁、将棋などの約40のクラブが活動しています。仲間とともに生きがいや健康づくり、地域の支え合い活動に参加してみませんか。

問合せ 日立市高齢者クラブ連合会事務局 ☎ 33-9700





実際に利用した方に聞いてみました！

わからないことを
気軽に相談できる場所

高齢者はじめて ICT

佐藤 礼子さん



4年前に携帯電話をスマートフォンに替え、普段からスマートフォンを利用していますが、近くに相談できる人がいないため、分からないことがあるとそこから操作を進めることができず、娘や友人との連絡や外出時の調べものなどに困ることがありました。

そんなとき、市報で「高齢者ICT相談コーナー」が始まるという記事を見つけ、「わからないことが解決できるかも」と思い、参加してみようと思いました。いき参加してみると、講師の先生からマンツーマンで指導を受けることができ、分からないところがあるときには一から丁寧に教えてくれるので、とても参考になり、スマートフォン の利便性を少しずつ実感しています。相談コーナーは気軽に参加できるので、これからも分からないことができたときには、また利用したいと思います。



大好きな旅行に行くときも、便利なスマートフォンをもっと活用して、いろいろなところへ行きたいです。みなさんも、是非相談コーナーを利用してみてください。

改めて感じた
「学ぶことの楽しさ」

生きがいづくりチャレンジ応援

根本 敏子さん



5年ほど前から、高齢者の方に食事を提供する仕事に就きました。以前も食に関わる仕事をしていましたが、専門的な勉強をしたことがなく、この食材・調理が適切なのか悩むことが多くなりました。

「介護食アドバイザー」という資格があることを知ったのはその頃です。最初は受けようか迷っていましたが、市が資格取得費用の助成を行っていることを夫から聞き、「それならばチャレンジしよう！」と受講を決意しました。久しぶりの勉強で大変だった一方、新しい発見や知識が増えていくことの楽しさを感じる新鮮な日々になりました。講座を終え、無事に資格を取得できたことで、これまで以上に自信をもって料理を提供できるようになりました。資格を活かした仕事やボランティア活動などに携わることで、さまざまな方からエネルギーをいただき、元氣になります。これからも資格を活かして、さまざまな場所で、たくさんの人たちと長く活動していきたいです。みなさんも、自分の興味がある資格にチャレンジしてみてください。



いつでも・だれでも・安心して集まれる 元気 Café

毎月さまざまな
イベントを開催
しています！

「元気カフェ」は「元気を持ち帰ってもらえるように」という思いが込められています。
それぞれ工夫を凝らした室内装飾、明るい雰囲気に、いつも笑顔のスタッフたち。
コーヒーや軽食を楽しみながら、思い思いの時間を過ごしてみませんか。

元気カフェすけがわ



DATA

助川町 1 - 4 - 10
市役所隣・旧企業局庁舎 1 階
平日 午前 10 時 - 午後 4 時
☎ 050-5528-5138

元気カフェべんてん



DATA

弁天町 1 - 1 - 10
平和通り四面歩道橋そば
平日 午前 10 時 - 午後 4 時
☎ 22-5570



店内に四季を感じられる工夫をしています。利用者の作品展示も行っています。

多世代交流ができるイベントを開催しています。気軽にご利用ください！



元気カフェあゆかわ



DATA

鮎川町 1 - 1 - 10
らぼーるひたち 1 階
平日 午前 10 時 - 午後 4 時
☎ 050-8012-4182

元気カフェくじはま



DATA

久慈町 2 - 13 - 21
老人福祉センター吹上荘 1 階
平日 午前 10 時 - 午後 4 時
☎ 050-8012-4183



魅力的な講座をご用意！お近くに来た時はぜひお立ち寄りください！

地域に根ざした施設を目指しています。地元グルメ「たらし」もあります！



利用者の声を紹介！

元気カフェではさまざまな催しが行われていて、日々の楽しみとなっています。
みんなが集まる元気カフェがあることで、外に出るきっかけとなり、元気でいることができていると感じます。



利用者：榎さん

ミニ元気カフェ 「塙山みんなのカフェ」

高齢者や地域の方などが、食事やお茶を楽しみながら交流できるよう、週 1 回ミニ元気カフェを開催しています。

DATA

金沢町 2 - 11 - 5 塙山交流センター
毎週木曜日 午前 10 時 - 午後 1 時
☎ 34-5404



生活に関するお悩みはこちら

Q 介護や福祉のサービスを使いたいけれど、誰に相談したらよいのか分からない。



地域包括支援センター一覧

相談窓口	電話番号	担当する小学校区
福祉の森 聖孝園	39-1166	櫛形、山部、中里
サン豊浦	33-8811	豊浦、日高、田尻
神峰の森	33-5512	滑川、宮田
銀砂台	33-6500	仲町、中小路、助川
小咲園	32-7900	会瀬、成沢、諏訪
鮎川さくら館	36-7303	油繩子、大久保、河原子、塙山
金沢弁天園	33-7424	大沼、金沢、水木
成華園	33-7119	大みか、久慈、坂本、東小沢

*ご相談は、お住まいの小学校区を担当する地域包括支援センターへ

A 市では、支援を必要としている高齢者の方へ、身近な相談窓口を設置しています。高齢福祉課や「地域包括支援センター」にお気軽にご相談ください。介護・福祉・医療・生活など、さまざまな心配事に専門職が対応します。



問合せ 高齢福祉課 ☎ 内線 290

Q 認知症になり、外出の機会や人との交流が減ってしまった。



ひたちオレンジカフェ

毎月1～3回、元気カフェや交流センターなどを利用して開催しています。開催日や申し込みなどは市報でお知らせするほか、市HPでも確認できます。



市HP

7月の日程

とき	場所	申し込み先
11日(火)	水木交流センター	金沢弁天園
19日(火)	MAO'S MOM(十王町)	福祉の森 聖孝園

* 8月以降は市報で随時お知らせします。

A お茶を飲みながら、認知症の方やその家族、地域の方などが交流しながら楽しい時間を過ごすことができる「ひたちオレンジカフェ」があります。ぜひご利用ください。



問合せ 高齢福祉課 ☎ 内線 246

65歳以上の方
必見!

お得にお買い物を! いばらきシニアカード



シニアカードを持って、おでかけしてみませんか。

- 協賛店舗にカードを提示で、各店舗が設定した割引やポイント加算などお得なサービス!
 - 市内には約170店舗が登録!(令和5年4月末現在)
- 【配布場所】 高齢福祉課、各支所、各地域包括支援センター



高齢福祉課
藤田美智代 課長

人生100年時代を迎えています。みなさんも自身のライフスタイルに合った生きがいを見つけて、楽しみながら、元気に、笑顔で過ごしていきましょう。

市では、これからもみなさんが笑顔で生き生きと活動できるよう、さまざまな事業に取り組んでいきます。

「笑顔で、楽しく、元気に!」

高齢者の暮らしを応援します【冊子】

高齢者の方やご家族が利用できる福祉サービスを案内したパンフレットを作成しています。ぜひご利用ください。

【配布場所】
高齢福祉課、各支所、
各地域包括支援センター

【PDF版】
右記QRからダウンロードできます。



救急搬送時間 県内最短に！

日立市は、119番通報を受けてから医師へ引き継ぐまでの救急搬送時間が県内で最短*となっています。これからもより多くの命を守るため、迅速な搬送に努めます！

* 出典：茨城県消防防災年報（令和3年データ）（令和5年3月発行）

県内平均よりも
6分以上早い！



日立市平均 ▶ 38.2分

県内平均 ▶ 44.9分

問合せ 警防課 ☎ 24-0119 FAX 22-0102

救急車は限りある資源です

救急車の要請が重なると、近くの消防署の救急車が出場できず、現場から遠い消防署から出場することとなり、到着までに時間がかかることがあります。

救命処置を必要としている方のもとへ、いち早く救急車が到着し、病院への搬送を開始するためにも、救急車の適正な利用にご協力をお願いします。



リチウムイオン電池を内蔵した製品 適正な分別で火災事故を防ぎましょう

加熱式・電子たばこや携帯式充電器に使われたリチウムイオン電池が原因とみられる火災が全国で発生しています。リチウムイオン電池が正しく分別されず、燃えるごみに混入されると、ごみ収集車や清掃施設での火災事故につながるおそれがあり、大変危険です。分別の徹底にご協力をお願いします。

リチウムイオン電池が内蔵されている主な製品

- 充電式工具類
- 電気シェーバー
- ロボット掃除機
- スマートウォッチ
- ハンディ扇風機
- 加熱式・電子タバコ
- 電動歯ブラシ
- スマートフォン
- ワイヤレスイヤホン
- 電子書籍端末 など



分別方法

製品から電池を取り外し、「有害ごみ」として出してください。

* 電池が取り外せない構造の製品は、無理に解体せず、「粗大ごみ」として出してください。

分別に困ったときは、日立市公式アプリ「ひたちナビ」や「ごみ処理ハンドブック」で確認するか、問い合わせてください。



問合せ 清掃センター ☎ 24-5353 FAX 24-5356

お届けします！市の情報 市政出前講座をご利用ください



詳しくはこちら

市の職員が要望に応じて講師として地域に出向き、市の目玉事業や施策などを中心に、資料を使って分かりやすく説明します。学校の授業や地域の仲間との勉強会などに、ぜひご利用ください。

実施期間

来年3月31日(日)まで(受付は来年2月29日(木)まで)

■ 平日 午前9時～午後9時

■ 土・日曜日 午前9時～午後5時

会場 申し込む方がご用意ください(原則市内)。

対象 市内在住か通勤・通学する原則10人以上で構成する団体 *条件が異なる講座もあります。

料金 講師料は無料です。

申し込み 実施希望日の1か月前までに利用申込書(広報戦略課市民相談室、各支所・出張所・図書館・交流センターにあるほか、市HPからダウンロードできます)を郵送かFAX、メールで各講座の申し込み先へ

種類豊富な講座メニュー

「福祉・医療」「教育・文化」「産業」「都市基盤」「生活環境」「協働・行政経営」などのジャンルに応じた全87種類の講座を用意しています。

■ 動物園こぼれ話

■ ゼロカーボンシティひたち

～みんなで始める地球温暖化対策～

■ 誰でもできる「心肺蘇生法・応急手当」と救急車利用の注意点について など

* 市政出前講座は、市政への要望や苦情・陳情をお引き受けする場ではありません。ご理解をお願いします。

問合せ 広報戦略課市民相談室

☎ 内線 567 FAX 24-5301

ご活用ください！安全・安心・住まいる助成制度 住宅の耐震・浸水・防犯対策費用を助成



詳しくはこちら

住宅の耐震対策や、浸水対策、防犯対策に要する費用の一部を助成します。ぜひご活用ください。

* 工事の契約前に申請が必要となります。各助成の申請方法や期限については、問い合わせてください。

耐震対策

対象 昭和56年5月31日以前に建築確認を受けて建築した2階建て以下の木造戸建て住宅

工事までの流れ・助成額(各Stepの前に申請が必要です)

Step 1 建築士による耐震診断を実施
= 助成率 15/16 (限度額 30,000 円)

Step 2 耐震診断をより精密に行い、耐震改修計画を作成
= 助成率 1/3 (限度額 100,000 円)

Step 3 Step 2の計画に基づいた耐震改修工事を実施
= 助成率 1/3 (限度額 300,000 円)

* Step 2とStep 3を一括して行う場合
= 助成率 4/5 (限度額 1,000,000 円)

浸水対策

対象・助成額

- 住宅への浸水を防ぐため、門扉や住宅の出入り口などに防水板を設置する工事
= 助成率 3/4 (限度額 300,000 円)
- 過去に床上浸水の被害を受けた住宅のかさ上げ工事
= 助成率 3/4 (限度額 3,000,000 円)

防犯対策

- 対象・助成額** 補助錠、防犯ガラス、窓格子、テレビドアホン、防犯カメラ取り付けなどの防犯対策工事
- 軽微な取付工事 = 助成率 1/3 (限度額 10,000 円)
 - 防犯改修工事 = 助成率 1/3 (限度額 50,000 円)

* 助成を受けるためには要件があります。また、工事を施工できる事業者が指定されています。詳しくは、市HP(上記QR)をご覧ください。

問合せ 住政策推進課 ☎ 内線 247 FAX 21-7750

日立のヒト・コト・スキに出逢える

en+ 縁むすびマルシェ vol.2 を開催します

「すき」をキーワードに、新しい自分やワクワクに出会えるマルシェです。

「素敵な縁」がつながるように。

「素敵な自分」が見つかるように。

素敵な週末をあなたに贈ります。ぜひ立ち寄ってみてください。

とき 6月25日(日) 午前10時～午後3時

ところ 日立市役所大屋根広場・多目的ホール

内容 コーヒーと本、スパイスカレーなどのキッチンカー、素敵な雑貨、自分を知る診断、恋愛lab、パーソナルカラーに関するトークイベント、音楽演奏など

問合せ 女性若者支援課 ☎ 26-0315 FAX 26-0317

詳しくは右記QRをご覧ください。



*写真は前回開催時のもの

シリーズ
「季節のたより」⑥

梅雨の季節がやってきます

6月は雨の季節です

気象庁は「晩春から夏にかけて雨や曇りの日が多く現れる期間」を「梅雨」と定義して、季節の移り変わる中の季節現象の一つとして発表しています。よく「梅雨入りはいつですか」などの問い合わせをいただくことがありますが、梅雨入りや梅雨明けの日を特定することは難しく、気象庁では、関東甲信地方など広い地域を対象に「〇〇日ごろ」というように発表しています。

また、梅雨入りと発表した後でも晴天が続くような場合もあり、その年の秋に再度検討された上で、梅雨の期間を確定しています。

例えば、去年の関東甲信地方の

梅雨明けは6月27日ごろと発表されましたが、再検討の結果、7月23日頃に変更となっています。

災害や熱中症にご注意を

梅雨入りや梅雨明けの発表には、梅雨期は雨や曇りの日が多く、大雨による災害が発生しやすいため、注意を促すという意味合いがあります。日立市でも、この時期は雨や曇りの日数が年間で一番多く、降水量も秋雨の時期に次いで多くなっています。雨量や土砂災害の前ぶれに注意し、避難方法や避難場所を確認するなど、日ごろから災害に対する備えをしましょう。

また、夏が近いこともあり、梅雨の晴れ間や梅雨明け直後は、気



温の変化が大きく、急に暑くなることがあります。体が暑さに慣れず、気づかないうちに熱中症を引き起こしてしまうことがあるため、注意が必要です。こまめな水分補給で熱中症対策をとり、元気に梅雨を乗り切りましょう。

「日立市の防災と天気」では、緊急情報や天気情報、防災啓発情報などをお知らせしています。ぜひご活用ください。



Twitter



Facebook

問合せ 天気相談所 ☎ 22-5520

受章おめでとうございます 令和5年春の叙勲・褒章

叙勲や褒章を受章された市民の方をご紹介します（順不同）。

春の叙勲

■瑞宝双光章 島崎英男さん

茨城県議会事務局長として、永年にわたり地方自治の発展に尽力されました。

■瑞宝双光章 小原孝夫さん

日立総合病院放射線技術科科长として、永年にわたり地域医療の充実に尽力されました。

■瑞宝単光章 古市 實さん

日立市消防団副団長として、永年にわたり市民生活の安全確保に尽力されました。

危険業務従事者叙勲

■瑞宝単光章 柳生 昇さん

日立市消防司令長として、永年にわたり市民生活の安全確保に尽力されました。

■瑞宝単光章 軍司節夫さん

日立市消防司令長として、永年にわたり市民生活の安全確保に尽力されました。

高齢者叙勲

■瑞宝双光章 河本みよ子さん

公立学校長として、永年にわたり教育の振興に尽力されました。

春の褒章

■藍綬褒章 中村昭良さん

保護司として、永年にわたり更生保護に尽力されています。

問合せ 秘書課 ☎ 内線 345

春

の全国交通安全運動

日立駅で街頭キャンペーンを実施

5月11日から20日までは「春の全国交通安全運動」期間となっており、初日となる11日、市や日立警察署などの関係団体が、日立駅で交通事故防止を呼びかける街頭キャンペーンを実施しました。参加した約60人が、通勤する方や通学中の高校生などにチラシや反射材などの啓発品を配りながら、交通ルールの徹底を呼びかけました。小川市長は「出かける機会が増えてくると思うので、少しでも交通事故が減るように取り組んでいきたい」と話しました。



困

ったときには相談を

民生委員・児童委員が街頭啓発活動を実施

5月12日「民生委員・児童委員の日」に日立市連合民生委員児童委員協議会が市内14か所でチラシなどを配布し、活動を知ってもらうための啓発活動を行いました。地域の身近な相談相手として活動している民生委員・児童委員は、全国的に担い手不足が課題であり、昨年からの啓発活動を行っています。会長の宇佐美吉郎さんは「生活上で困ったことがあれば、関係機関につなぐお手伝いをします」と話し、若い世代の方にも気軽に相談してほしいと呼びかけていました。

日立市特別名誉市民 故 ローガン・J・ファックスさん



本市の教育環境の充実をはじめ、市勢発展に多大なご貢献をいただきました本市特別名誉市民のローガン・J・ファックスさんが、3月24日にアメリカ合衆国・ワシントン州で逝去されました。100歳でした。

ローガン・J・ファックスさんは、久慈川周辺地域の伝道活動に携わっていた宣教師ハリー・ファックス氏の二男として日本に生まれ、幼少期を現在の常陸太田市などで過ごされました。



ハリー・ファックス一家（後列一番左がローガンさん）
（昭和7年）

その後、13歳で一家とともに帰米した後は、シカゴ大学で心理学を学ぶなどし、昭和23年、26歳の時に、「戦後の荒廃と混乱の中にあつた日本に質の高いクリスチャン・カレッジを設立したい」という強い思いを抱きながら、再び来日されました。

そして、校舎の建設から教職員募集、関係機関との折衝に奔走するなど、茨城キリスト教学園の創設に中心的な役割を果たされ、今日、幅広い教育を展開する同学園の礎を築かれました。

特に、上級教育機関としての短期大学の設置に尽力され、昭和24年には、短期大学制度の施行に先駆け、国内で初めて、自らが初代学長を務められたシオンカレッジを開校されるなど、日本の短期大学制度の確立に大きな貢献をされました。

また、同学園内に、自費でカウンセリング研究所を開設するなど、日本における教育相談のパイオニアとして、その普及にも力を尽くされました。



若き学長・ローガンさん
（昭和24年）



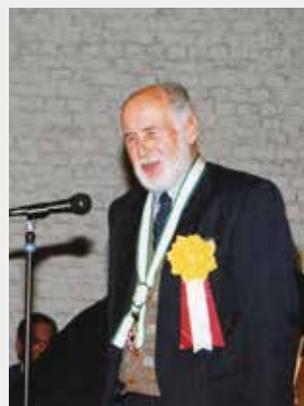
シオンカレッジ本館
（昭和24年）

日立市では、こうした偉大なご功績を広く顕彰するため、平成11年に、ローガンさんに日立市特別名誉市民の称号をお贈りしました。

ここに謹んで哀悼の意を表しますとともに、安らかな眠りにつかれますよう心からお祈り申し上げます。

主な経歴

- シオン学園シオンカレッジ初代学長
- 茨城キリスト教学園第2代総長
- ペバダイン大学講師（教育学・心理学）
- エル・カミノ大学教授（心理学）
- 日立市特別名誉市民選定（平成11年1月）



問合せ 秘書課 ☎ 内線 343

日立シビックセンター、日立・多賀市民会館の催し

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

A 環境教室～プランクトンを観察してみよう～

時 7月8日(土) 午前10時30分～11時40分、午後1時～2時10分
場 日立シビックセンターオリエンテーションルーム 対 小学4～6年生と保護者 内 顕微鏡で観察して生き物のつながりや自然環境を学びます。 料 1組200円
申 6月12日(月)の午前10時からHPで申し込みを。



B おとなのボイトレ

～正しく気持ちよく声を出そう！

時 ①7月9日(日)・23日(日) ②8月20日(日)、9月3日(日) 各日午前11時～午後0時30分(2日間2コース開催)
場 日立シビックセンター第2音楽室 対 18歳以上 内 講師=長谷川由里香さん(ボイストレーナー) 料 2,000円(楽譜代別途) 申 6月12日(月)の午前10時からHPで申し込みを。



C シビックサロン「親子で体験！地球にやさしいエコでおしゃれなしまんと新聞ばっくを作ろう！」

時 7月23日(日) 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分 場 日立シビックセンター会議室702・703号 対 小学生～中学生と保護者 内 講師=宮本園えさん(しまんと新聞ばっくインストラクター) 料 1組1,000円 申 6月17日(土)の午前10時からHPで申し込みを。



D シビックサロン「子ども向け茶会～雰囲気を楽しみながら日本の伝統文化を学ぼう～」

時 8月5日(土) 午前10時～正午
場 日立シビックセンター和室 対 小学生以上 内 講師=日立茶道連盟 料 1,000円 申 6月17日(土)の午前10時からHPで申し込みを。



E ひたち納涼寄席

時 ①8月22日(火) ②8月23日(水) 各日午後6時30分開演 場 日立シビックセンター多用途ホール 出 ①林家正蔵、江戸家まねき猫、古今亭ぎん志、林家ほん平 ②三遊亭小遊三、初音家左橋、桂米多朗、古今亭松ぼっくり
料 1日券 3,000円、2日通し券 5,500円、高校生以下1日券 1,500円 *未就学児入場不可 申 6月18日(日)の午前9時から日立シビックセンターで発売



林家正蔵



三遊亭小遊三

F 文化サロン「子どもの可能性は無限大」

時 7月15日(土) 午後1時30分～3時
場 日立市民会館111号室 内 茨城県立大洗高等学校マーチングバンド部監督の有國浄光さんを迎えてのミニ講演会です。
申 6月17日(土)の午前10時から電話で申し込みを。



G マーチング&吹奏楽の協演

時 8月27日(日) 午後2時開演 場 日立市民会館ホール 内 茨城県立大洗高等学校マーチングバンド「BLUE-HAWKS」と多賀中学校吹奏楽部によるコンサート。
料 一般1,000円、高校生以下無料 申 7月1日(土)の午前10時から日立市民会館窓口で販売 *7月2日(日)以降は午前9時から電話受付あり(残席がある場合のみ)。



H ひたち街角小劇場 演劇ワークショップ

時 7月22日(土)～8月6日(日)の土・日曜日 全6回 午後1時～4時(最終日は5時まで) 場 多賀市民会館 対 小学4年～中学2年生 内 未経験でも大丈夫！一緒に演劇の楽しさを体験しましょう。講師=石原慎一さん(演出家) 料 参加費3,000円(保護者は観覧無料)、観覧のみ500円 申 6月17日(土)の午前9時から電話、HPで申し込みを。



問 A 日立シビックセンター科学館 ☎ 24-7731 FAX 24-7975

B～E 日立シビックセンター ☎ 24-7711 FAX 24-7970

F・G 日立市民会館 ☎ 22-6481 FAX 22-6633

H 多賀市民会館 ☎ 34-1727 FAX 36-6369

*その他イベント情報は、日立市民科学文化財団HP(右記QR)からご確認ください。



お知らせ

■ 介護や介護保険のこと
なんでも相談

時 6月20日(火) 午前10時～午後3時
場 ヒタチエ別館3階

■ 介護に関する悩みや不安、介護保険についてなどの相談に専門の相談員が応じます。同日、電話による相談も受け付けています。

■ 日立市社会福祉協議会 ☎ 87-7222

■ 市税・国保料などの
休日納付相談(6月)

時 6月25日(日) 午前9時～正午、午後1時～4時

■ 市税・納税課 国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、介護保険料
国民健康保険課

■ 納税課 ☎ 内線 254
国民健康保険課 ☎ 内線 207

今月の納期

納期期限は6月30日(金)です。

- ◆ 市県民税(1期)
- ◆ 国民健康保険料(1期)
- ◆ 介護保険料(1期)

問合せ

納税課 ☎ 内線 253

国民健康保険課

☎ 内線 207

■ 令和5年度国民健康保険料の
決定通知書を送付します

令和5年度の国民健康保険料率の決定に伴い、6月中旬に決定通知書の送付を予定しています。

【保険料率】

	医療分	支援分	介護分
所得割	7.47%	3.36%	2.60%
均等割	28,600円	12,200円	12,300円

* 保険料率は昨年度と同じです。

* 世帯の年間保険料

= 医療分 + 支援分 + 介護分

* 18歳以下の被保険者の「均等割」は5割減額されています。

* 詳しくは右記QRをご覧ください
になるか、問い合わせてください。



■ 国民健康保険課

☎ 内線 202

■ 重度心身障害者、ひとり親家庭の方へ

6月20日(火)に医療福祉費受給者証更新に関するお知らせを送付します。更新のための要件(所得・認定書類など)が確認できた方には医療福祉費受給者証を同封します。詳しくは、問い合わせてください。

■ 重度心身障害者、ひとり親家庭の医療福祉費支給制度の受給者証を使用している方

■ 国民健康保険課

☎ 内線 204



国民健康保険・後期高齢者医療保険 人間ドック・脳ドック

■ 9月に受診予定の方

申請期限は、6月30日(金)です。

* 申請期限までに受診日が決まらない場合は、決まり次第速やかに申請してください。期限後の申請の場合、健診費用全額支払い後の補助金振り込みとなる場合があります。

■ 7月に受診予定で申請済みの方

6月10日過ぎに決定通知書または補助金請求書を郵送します。

問合せ 国民健康保険課

国保: ☎ 内線 203、後期: ☎ 内線 204

■ 令和5年度介護保険料の通知書を送付します

6月中旬以降、介護保険料の「特別徴収開始通知書」または「保険料決定通知書(納付書)」を送付します。

すので、内容の確認をお願いいたします。

■ 65歳以上の方 * 令和5年5月31日時点

* 詳しくは問い合わせてください。

■ 介護保険の利用者負担が軽減される場合があります

施設に入所している方や、訪問介護などのサービスを利用している方の利用者負担は、所得などの要件により軽減される場合があります。軽減するためには認定が必要となりますので、介護保険課にご相談ください。また、すでに認定を受けている方

の現在の有効期限は7月31日(月)です。引き続き軽減を受けたい方は、介護保険課か各支所で早めに手続きをしてください。* 詳しくは市のHPをご覧ください。問い合わせてください。

■ 介護保険課 ☎ 内線 217

■ シルバー人材センターの
入会希望者説明会

時 6月21日(水) 午前9時30分～正午
(午前9時30分までに受付)

場 ヒタチエ別館3階

対 おおむね60歳以上の健康な方

申 事前に電話で、日立市シルバー人材センター ☎ 33-5586へ

他 参加者に資料を送付しています。必ず事前に申し込んでください。

■ 飲用井戸などは、年に1回
水質検査を受けましょう

飲用井戸など、生活用水に水道水以外を使っている方には年に1回の検査をお勧めしています。

時 受付日: 第1・3火曜日 午前9時～11時 * 祝日を除く

場 受付場所: 日立食品衛生協会(日立保健所内)

内 検査内容: 一般的な細菌・理化学検査(13項目)

料 8800円

申 事前に指定の容器(日立保健所にあります)を受け取り、当日採取



防災行政無線

放送内容を電話(☎22-6131)で確認することができます。
放送を聞き漏らしてしまったときなどにご利用ください。

皆さんに安心して水道水をお使いいただくため、水質検査計画を策定

令和5年度の水質検査計画を策定しました

■実施期間 6月17日(土)～8月21日(月)
■水道課 ☎内線418



*ベストを着用し企業局発行の写真入り身分証明書を携帯しています。

各家庭に設置されている水道メーターは使用期限が8年と定められており、使用期限が終了する前年度に交換を行っています。交換対象となるメーターは検針時にお知らせをし、市から委託された取り換え作業従事者が、事前に通知文を投函したあと、無料で交換作業を行います。

水道メーター取替えのお知らせ

■した水を日立保健所へ
■環境衛生課 ☎内線543
■検査受付に関すること 日立食品衛生協会 ☎24-5898
■検査内容に関すること 茨城県薬剤師会検査センター
☎029-306-9086

しました。水質検査の地点、項目、回数などが記載されています。本計画に基づき、水質の検査を行い、検査結果と併せ、水道水が安全であることをお知らせしていきます。詳しくは、市か企業局のHPをご覧ください。

とき	内容
14日(水)	本会議(開会、所信表明、議案説明)
15日(木)	議会運営委員会
19日(月)	本会議(会派代表質問)
20日(火)	本会議(一般質問) 議会運営委員会
21日(水)	本会議(一般質問)
22日(木)	本会議(議案質疑、委員会付託)
23日(金)・ 26日(月)	常任委員会(総務産業、教育福祉、環境建設)
27日(火)・ 28日(水)	特別委員会
29日(木)	議会運営委員会
30日(金)	本会議(各委員長報告、表決、閉会)

日立市議会 令和5年第2回定例会のお知らせ

■浄水課 ☎52-3628



委員会 委員会開催時間などは問い合わせてください。
■議会事務局 ☎内線373

とき	ところ
7月 ① 4日(火) 午前9時30分～	大久保交流センター
② 11日(火) 正午	十王交流センター

*①は6月29日(木)、②は7月6日(木)までに要申し込み(各日先着15人)

高年齢者 ICT 相談コーナー

スマホやパソコンの操作方法など、相談員がマンツーマンでお悩みをサポートします。

とき	ところ
7月 ③ 3日(月) 午前10時～正午、午後1時～3時	いこいのひろば元気カフェべんてん
④ 10日(月) 午後1時～3時	元気カフェくじはま(吹上荘)

*要事前申し込み(各日先着10人程度)
*相談時間 1人60分

申し込み

予約専用ダイヤル ☎33-5355へ
*火～金曜日(祝日を除く)
午前9時30分～午後3時30分

高年齢者のスマホ・タブレットなどの利用をサポートします!

■対象 市内在住の65歳以上の方
■問合せ 高齢福祉課 ☎内線290

■不法無線局による混信・妨害は
☎03-6238-1939
■テレビ・ラジオの受信障がい
☎03-6238-1945

■環境保護周知啓発強化期間
6月1日(木)～10日(土)は電波利用
総務省では電波を正しく利用するために周知・啓発活動と不法無線局の取締りを強化しています。
電波は暮らしの中で欠かせない大切なものです。みんなで電波のルールを守りましょう。

■関東総合通信局

■戦没者の慰霊巡拝
■左記の地域における戦没者の遺族(配偶者、子、兄弟姉妹、孫、甥、姪)と参加遺族(子と兄弟姉妹)の配偶者の方 *健康状態に不安のある方は参加をお断りすることがあります。
■①インド 10月20日(金)～28日(土)(9日間)
■②硫黄島 11月7日(火)～8日(水)(2日間)
■③ ①②ともに6月28日(水)までに申請が必要です。詳しくは、問い合わせください。
■社会福祉課 ☎内線391



日立市公式地域情報アプリ「ひたちナビ」
生活に密着した情報を「好きなときに好きな場所で確認できる」
便利なアプリです。ぜひご利用ください！

インストールは
右記QRから！



iPhone



Android

犬の飼い主の皆さんへのお願い

飼い犬のふんをきちんと回収することは、飼い主の責任です。散歩などのときは回収用具を携帯し、必ず飼い犬のふんを持ち帰り、公共の場所や他人の土地・建物を汚さないようにしましょう。
*犬のふん害でお困りの方は注意表示板を環境衛生課、各支所で配布しています。

問合せ 環境衛生課 ☎内線 543

令和5年度税務職員採用試験

■ 受付期間 6月19日(月)～28日(水)
第1次試験日 9月3日(日)

■ 受験資格、試験会場、申し込み方法など詳しくは人事院HP(下記QR)をご覧ください。



■ 関人事業人材局試験課

☎03-3581-5311

■ 内線2333 (平日午前9時～午後5時)

催し

教科書などの展示会

市内の小・中・義務教育学校・日立特別支援学校で使われている「教科書」の展示と、「国語の教科書の中に出てくる本」の展示と貸し出しを行います。ぜひ今の教科書に触れてみてください。

■ 6月14日(水)～27日(火)

■ 多賀図書館

■ 国語の教科書の展示について 指導

■ 多賀図書館 ☎33-2655

■ 人物写真会

■ 洋画講師のやさしい指導が受けられます。初心者歓迎。

■ 6月23日(金) 午前10時～午後3時
(受付開始9時30分)

■ 日立市民会館210号室

■ 内持ち物 イーゼル、画材

■ 料1日2800円、半日1500円

■ 申当日、直接会場へお越しください。

■ 関ひふみ会(佐藤) ☎52-0434

日立市民演劇祭

■ 日立会演劇部・No.138

■ 6月24日(土)・25日(日) 各日午後1時30分開演

■ 場シビックセンター多用途ホール

■ 内演目 最後の一葉

■ 料一般 1000円

■ 場日立シビックセンター、日立市民会館

■ 多賀市民会館でチケット販売中

■ 関ART・楽がき ☎23-1112

吉田正音楽記念館展望カフェ

■ 6月の演奏リコーダーが奏でる癒しのひととき

■ 6月24日(土) 午後6時開演

■ 出演 ラピスラズリ(幅広いジャンルのアンサンブルを楽しむリコーダーグループ) 演奏曲 いくつかも夢を、エーデルワイスほか

■ 6月12日(月)の午前10時から電話

■ 吉田正音楽記念館 ☎21-

■ 1125へ *先着50人。1人

■ 1回(2人分まで)

■ 他カフェで飲食の提供はありません。

■ 日立風土記入門

■ 「常陸国風土記」の入門編、日立市内の見どころ(長者山遺跡を含む)についてお話しします。

■ 7月1日(土) 午後3時～4時30分

■ 場南部図書館創作室

■ 対高校生以上の方 *先着15人

■ 内講師 佐藤福次郎さん(日立市歴史愛好家)

■ 6月12日(月)の午前9時30分から直

■ 接か電話で、南部図書館 ☎29-

■ 1125へ

鳥羽一郎&木村徹二歌謡ショー

■ 7月14日(金) 午後1時～2時30分

■ 場日立市民会館

■ 料A席4000円、B席3000円

■ *県北年金友の会会員割引あり

■ 申県北年金友の会事務所(幸町2-

■ 9-1)で販売 *当日は日立市民会館で販売

■ 関県北年金友の会 ☎24-3305



かみね動物園へ行こう！

問合せ かみね動物園 ☎22-5586 FAX 22-5596

動物園で願い事をかなえよう！

動物園でやってみたいことを募集します。今年の七夕は動物園で願い事をかなえてみませんか？

■ とき 6月18日(日)まで

■ ところ どうぶつ資料館内

■ *選考の結果願い事を7月8日(土)・9日(日)の七夕祭りにかなえます。

「ゾウと背比べしたい」「ライオンに餌をあげてみたい」などちょっと無理かなと思う願い事でも応募してみてください！



かみね昆虫図鑑をつくろう！

どんな昆虫が園内に暮らしているかな？捕まえてみよう！

■ とき 6月24日(土) 午後1時30分～3時30分

■ 対象 小学生以上(大人も参加可能) *定員5組程度(1組2人まで。多いときは抽選)

■ 申し込み 6月13日(火)までに右記QRから申し込みを

■ *参加可否は17日(土)までにお知らせします。





日上市報 電子版
市報のバックナンバーや音
声版などを掲載しています。



日上市 インターネット放送局
行政放送番組や市政情報をお伝えするア
ニメーション動画などを視聴できます。



シネマサンライズ 上映作品



●上映中
ラストエンペラー
(1987年公開作品)



●6月9日(金)～公開
それいけ!ゲートボールさくら組
藤竜也主演

*詳しくは問い合わせてください。

問合せ シネマサンライズ ☎ 32-5805

県立産業技術短期大学校
オープンキャンパス

ITに興味がある、技術を身に着
けたいと考えている高校生はぜひこ
の機会に参加ください。

時 7月15日(土)、8月5日(土)・26日(土)
各日午前9時～、午後1時～

*8月5日は女性対象です。

場 県立産業技術短期大学校
対 高校生と保護者

内 キャンパスツアーや体験授業、O
G講話など

申 事前に公式HP(下記QR)
から申し込みください。

問 県立産業技術短期大学校

☎ 029-269-5500



市民ダブルステニス大会

時 7月2日(日)・9日(日) 各日午前9
時～ *人数により日程変更あり。

場 市民運動公園テニスコートほか
料 1組1500円

申 6月18日(日)までに、直接、日上市

スポーツ協会か諏訪・折笠・十王
スポーツ広場、久慈サンピア日立
へ *詳しくは、問い合わせしてく
ださい。

問 日上市テニス協会(弓野) ☎ 35
-8947 *午後6時以降

ユニカール大会

時 7月30日(日) 午前9時30分～(受
付は午前8時30分から)

場 池の川さくらアリーナ

内 3人1組のチーム戦によるプロッ
クごとリーグ戦方式、決勝トーナ
メント 持ち物||上靴 *個人参
加可。用具は準備します。

料 1人500円(傷害保険料含む)
申 7月3日(月)までに「ユニカールの申

込みの件」と明記の上、住所、氏
名、年齢、性別、電話番号をはが
きかFAXで、日上市スポーツ協
会 〒316-0034 東成沢
町2-15-1 BX36-6663へ

問 日上市レクリエー

ション協会(渋谷)

☎ 090-5801-1588



講座

ロールモデル講座

「子育てや仕事が忙しい人のた
めの自分軸マインドの作り方」

時 6月30日(金) 午前10時～正午

場 日立シビックセンター6階集会室

対 市内在住か在勤の女性

内 役割の多い女性が自分軸を持ち、
思い描く人生にするための考え
方や行動の起こし方のお話。

講師||岡崎知美さん(OKAZAKI
LIFE MANAGEMENT LABO
主宰) 持ち物||筆記用具 *定員

20人。多いときは抽選。未就学児
の無料託児あり(10人)

申 6月27日(火)までに住所、氏名、年
齢、電話番号、託児の有無、希望
児の年齢・性別を下記QR
からか、メール、電話で、
女性若者支援課 メール
josei@city.hitachi.lg.jp ☎ 26-



0315(平日のみ)へ

*メールの場合は「女性の人材育
成講座申込」と明記してください。

夢をかなえる。プチ創業塾

時 7月4日(火) 午前10時～正午、7

月11日(火) 午前9時30分～正午
(全2回)

場 らぼーるひたち

対 プチ創業に興味のある方

内 好きな事業プランのアイデアを
書き出したり、自分の強みや価値
観を知る、先輩創業者による体験
談など 講師||吉村千鶴子さん
(茨城県よろず支援拠点コーデ
イネーター)、鈴木久美子さん(キ
リアコンサルタント)、ほか

料 500円(資料代を含む) *先着
20人

申 事前に直接か電話で、らぼーる
協会(女性センター内) ☎ 36-
0554へ *無料託児は、6月
27日(火)までに来館して申し込みを。

郷土博物館の講座

①郷土ひたちの文化を学ぶ
「鈴宮の飾大刀」の宮古墳群と
鶴子遺跡と」

時 7月12日(水) 午前10時～11時30分

内 講師||片平雅俊さん(郷土ひたち
文化研究会) *先着60人

②ふるさと教室 地学「大甕層をカ
ンブリア紀層と考える」

時 7月13日(木) 午前10時～11時30分

内 講師||田切美智雄郷土博物館特別
専門員 *先着60人

場 ①②とも市役所多目的ホール

料 ①②とも100円(資料代)

申 6月13日(火)の午前9時から電話で、
郷土博物館

☎ 23-3231へ



百年塾市民教授による
生き生きワクワク講座

	講座名	とき	内容	講師
①	季節の切り絵	6月23日(金) 午後1時30分～3時30分	切り絵の基本を学び、七夕の切り絵を作ってみましょう!	竹蓋年男さん
②	正しい歩行に歩なをつける	7月1日(土) 午前10時～11時30分	専用のボールを使い、ヨガのポーズを深め美姿勢と正しい歩き方で長く使える脚へ	永岡友美さん
③	スマホで動画編集	7月6日(木)・13日(木) 午前10時～正午	簡単で高機能の無料アプリCapCutの使い方を紹介します。*中・上級向け	六車正道さん

*ところ=教育プラザ
*定員=各10人 *多いときは抽選。①は無料託児あり
*料金=①700円 ②200円 ③700円(2回分)
*持ち物=②ヨガマット、ブランケット、タオル、飲み物
③スマートフォン、筆記用具

申①は6月15日(木)までに、②③は20日(火)までに希望講座名、住所、氏名、電話番号をメールか電話で、百年塾サロン メール net1jway.ne.jp (平日のみ)へ



募集

住宅・土地統計調査の
統計調査員

活動期間	8月下旬～10月中旬
報酬	5～7万円程度 *調査件数によって決まります。
応募資格	<ul style="list-style-type: none"> ■20歳以上で健康であること ■責任をもって調査員事務が遂行できること ■調査で知り得た情報などの秘密保持ができること ■税務、警察、選挙に直接関係ないこと ■暴力団関係者ではないこと
活動内容	説明会への出席、調査票などの配布と記入の依頼、調査票の回収・点検・整理など

申6月21日(水)(必着)までに市販の履歴書(顔写真貼付)を直接か郵送で、総務課 ☎内線335へ
*申し込み多数の場合、選ばれないこともあります。また別の調査でお声掛けさせていただくことがあります。

日立市スポーツ協会
市民プールのパート職員

任用期間	7月1日(土)～9月10日(日)
業務内容	受付・監視などの運営業務全般
勤務場所	じゅうおう市民プール
募集人数	15人(予定)
報酬など	時給911円(予定)

*勤務条件などは詳しくは右記QRをご覧ください



申6月25日(日)(消印有効)までに市販の履歴書(顔写真貼付)を直接か郵送で、日立市スポーツ協会 〒316-0034 東成沢町2-15-1 ☎36-6661へ

日立市スポーツ協会職員

採用日	9月1日(金)	
募集人数	2人	
受験資格	<ul style="list-style-type: none"> ■平成8年4月2日以降に生まれ、高校以上を卒業の方 ■普通自動車を運転できる方 ■パソコンの基本操作ができる方 ■スポーツ経験のある方 	
業務内容	スポーツ施設の管理運営、スポーツ振興・教室事業の企画実施、広報、総務、経理などの法人運営など	
採用試験	とき	一次試験：7月9日(日) 二次試験：7月23日(日)
	ところ	大久保交流センター会議室(多賀市民プラザ4階)
試験内容	SCOA 総合適性検査、作文、面接	

申6月25日(日)(必着)までに履歴書(様式指定。日立市スポーツ協会HPからダウンロードできます)を直接か郵送で、日立市スポーツ協会 〒316-0034 東成沢町2-15-1 ☎36-6661へ
*郵送の場合は「応募書類在中」と明記してください。

エコフェスひたち2023の
ボランティアスタッフ

時間開催日 7月22日(土) 午前9時～午後4時

場日立シビックセンター、新都市広場、マーブルホール
対中学生以上 *必要に応じボランティア従事証明書を発行します。

申6月23日(金)までに住所、氏名、年齢、電話番号をメールかほかがきで、環境都市推進課 メール kanto@city.hitachi.g.jp ☎内線298へ
他昼食が出ます。

ラジオ体操事務員(会計年度任用職員)

任用期間	8月22日(火)～9月21日(木)
業務内容	景品交換事務
勤務場所	①十王支所、②多賀支所、③南部支所、④日立駅前出張所
募集人数	①③各1人、②④各3人(シフト制)
勤務条件	勤務日=①③日曜日(週1日) ②日～金曜日(週3～4日)、④日～土曜日(週4～5日) 勤務時間=①③午前9時～午後5時(休憩1時間)、②午前9時～午後1時、午後1時～午後5時、④午前10時30分～午後1時、午後2時～午後7時
報酬など	時給1,014円(予定)、期末手当支給なし、社会保険等適用なし
選考方法	面接

申7月5日(水)の午後5時(必着)までに日立市会計年度任用職員申込書(生涯学習課にあるほか、市のホームページからもダウンロードできます)を直接か郵送で、生涯学習課 ☎内線631へ

健康

「よい歯のコンクール」募集

自慢の歯をお持ちの方を募集します。

①親と子のよい歯のコンクール

対健康な歯をお持ちの満3～6歳

(平成29年4月2日～令和2年4

月1日生まれ)のお子さんと母親

または父親(喫煙習慣がない方)

②8020高齢者よい歯のコンクール

対昭和18年3月31日以前生まれで、

ご自分の歯を20本以上お持ちの方

*治療していても可

申①②とも7月21日(金)までに住所、

氏名(ふりがな)、性別、生年月日、

電話番号、かかりつけ歯科医院名

または最寄りの歯科医院名を、は

がきかFAXで、茨城県歯科医

師会8020事業係 〒310

ー0911 水戸市見和2-

292-1 FAX029-253-

1075 ☎029-252-

2561へ

他入賞者は11月12日(日)に行われる茨

城県歯科保健大会で表彰します。

子宮頸がん集団検診

時8月～来年1月までの14日間

場日立メデイカルセンター

対20歳以上の女性 *先着1000

人。今年度、すでに医療機関で検診を受けた方は対象外。

料65歳未満 1300円 65歳以上

400円

*生活保護世帯や市・県民税非課

税世帯の方は、検診当日の申請に

より無料。

申6月28日(水)の午前9時から6月30

日(金)までに電話で、健康づくり推

進課 FAX27-2112 ☎21-

3300へ

体組成測定会(7月)

筋肉量や脂肪量など身体の状態を詳しく調べ、結果を基に運動についてのアドバイスを行います。

とき	
4日(火)	午後1時～9時
6日(木)	午前9時15分～午後
	午後1時、午後5時～9時
7日(金)	午前9時15分～午後5時

- *1人15分
- *ところ=池の川さくらアリーナ
- *リーナトレーニングルーム
- *素足になれる服装で、
- 食事は1時間前までに
- *料金=1回300円

対18歳以上 *先着94人

申各実施日の前日までに直接か電話

で、池の川さくらアリーナ

☎35-0767 FAX34-1191

へ *当日空きがあれば

参加可。詳しくは下記QR

をご覧ください。



新型コロナウイルス関連情報

令和5年春開始接種を実施しています

対象 すでに2回以上の接種を受けた方のうち、最後の接種から3か月が経過した次のいずれかの方

- 65歳以上の方
- 医療機関や高齢者施設などに従事している方
- 5～64歳の方で、基礎疾患があるか医師が重症化リスクが高いと判断した方

接種券

- 65歳以上の方には、最後の接種日から3か月が経過する前に接種券をお送りします。
- 5～64歳で基礎疾患がある方などには、6月上旬に接種券をお送りします。
- *接種券が届かない場合は、ワクチン接種ひたちコールセンターへお問い合わせください。
- *お手元に未使用の接種券がある場合には、その接種券をご使用ください。



予約方法

- インターネット予約 (右記 QR)
- コールセンターへ電話予約
- 医療機関へ直接予約



接種方法 医療機関での個別接種

*接種を行う医療機関は、接種券と一緒にお送りする「日立市からのお知らせ」や市HP (右記QR) でご確認ください。



問合せ ワクチン接種ひたちコールセンター

☎050-3646-5466 FAX 85-8010

5月15日までの情報で作成しています。最新の情報は、市HPなどで随時お知らせします。



児童手当（6月期）の支給日は6月13日(火)です

口座振り込みを指定している方は、6月13日付で指定口座に入金します（金融機関ごとに振込時間が異なりますので、ご了承ください）。

「現況届」の提出は原則不要です。

令和4年度から、原則として「現況届」の提出をせずに児童手当を受給できるようになりました。ただし、次の方は引き続き提出が必要となります。ご注意ください。

- 支給対象児童の戸籍や住民票がない方
- 離婚協議中である配偶者と別居していることを理由に児童手当を受給している方
- 法人である未成年後見人、施設などの受給者、など

* 提出が必要な方には、市から案内を送付します。



児童手当には、所得の上限があります

児童手当は、受給者及び配偶者それぞれの所得が下表の所得上限限度額未満の方に支給されます。

扶養親族などの数	所得上限限度額	
	所得額	収入額の目安
0人	8,580,000円	10,710,000円
1人	8,960,000円	11,240,000円
2人	9,340,000円	11,620,000円
3人	9,720,000円	12,000,000円

* 昨年度、限度額を超えて支給されなかった方も、令和4年中の所得が限度額未満となる場合には受給することができます。所得額を確認の上、**6月中に子育て支援課か市民課、各支所・出張所で手続きをしてください。**

問合せ 子育て支援課 ☎ 内線 338

■ S*TEP CLUB 参加者を募集

まるでイギリスに留学したかのような環境の中、楽しみながら学び、英語のコミュニケーション能力を高めてみませんか？

とき 8月21日(月)～23日(水) *事後研修2回実施後、11月11日(土)に研修成果発表会

場所 研修＝福島県ブリティッシュヒルズ（福島県岩瀬郡天栄村大字田良尾字芝草1-8）
事後研修・研修成果発表会＝日立市役所 304・305 会議室

対象 英検3級以上取得者か同程度の力のある市内在住の中学1～3年生（義務教育学校における7～9年生） *定員40人（多いときは抽選）

内容 成果発表＝英語によるプレゼンテーション

料金 16,000円程度（食事代、保険代）

申し込み 各学校で配布される参加申込書を、6月19日(月)までに各学校に提出してください。

問合せ 指導課 ☎ 内線 683



■ 日立市子ども・子育て会議の委員を募集

子どもや子育て家庭への支援に関するさまざまな施策に、子育て中の市民の方々の多様な意見を反映するため、会議の委員を募集します。

任期 8月1日から令和7年7月31日までの2年間
*会議は平日の昼間に年4回程度開催

対象 市内に在住か通勤している方で0歳から小学6年生までの子どもの保護者 *募集人数＝3人

申し込み 6月21日(水)（必着）までに下記の必要事項を直接か郵送、メールで、子育て支援課 メール kosodate@city.hitachi.lg.jp ☎ 内線 282 へ

必要事項

- 住所 ■ 氏名 ■ 年齢 ■ 電話番号 ■ 職業（勤務先）
- 子どもの年齢と状況（小学校、幼稚園、保育園、在宅など）
- 子育て支援に関する事業の経験や活動実績（ある場合）
- 応募動機、日立市の子育て支援に関する意見・提案など（800文字程度・様式自由）





子育て

■子育てサロン無料開放

毎月1回土曜日に子育て仲間と話し合える子育て支援サロンを無料開放しています。ママ向けのお話会やパパと子どものパン作り教室、就労・起業相談も同日開催中。詳しくは右記QRをご覧ください。



時 6月17日(土) 午前10時30分～午後2時30分

場 マイクロクリエイションオフィス micakel (大みか駅前)

問 micakel ☎ 77-0132 (午前10時30分～午後2時30分)



■南部子どもの広場

「フラダンスを楽しもう」

時 6月22日(木) 午前10時30分～正午

場 久慈交流センター

対 乳幼児の保護者 *先着10人 (無料託児あり先着5人)

内 講師=梶原たえ子さん(フラダンス講師) 持ち物=汗拭き用タオル、飲み物 *動きやすい服装で(素足か滑りにくい靴下着用)

申 6月13日(火)の午前9時30分から電話で、日立市社会福祉協議会 ☎ 87-7222 へ



■全国一斉！ラグビー体験会

ラグビーの育成普及のための体験会です。ぜひご参加ください。
*詳しくは、下記QRをご覧ください。

時 6月25日(日) 午前9時～

場 会瀬スポーツ広場

対 年中～小学6年生(男女問わず)

申 右記QRから申し込んでください。



問 日立ラグビースクール

(田所) ☎ 090-1807-3560

他 主催=日本ラグビーフットボール協会、茨城県ラグビーフットボール協会

主管=日立ラグビースクール



■十王子どもの広場

「骨盤エクササイズ」

時 6月26日(月) 午前10時30分～正午

場 十王交流センター

対 乳幼児の保護者 *先着10人 (無料託児あり。先着5人)

内 講師=林 康子さん(ペルビックインストラクター) 持ち物=ヨガマットか大判のバスタオル、汗拭き用タオル、飲み物 *動きやすい服装で

申 6月14日(水)の午前9時30分から電話で、日立市社会福祉協議会 ☎ 87-7222 へ



■6月のきら☆りんタイム

「カラダをほぐすストレッチヨガ」

時 6月30日(金) 午前10時30分～11時30分

場 子どもすくすくセンター

対 乳幼児の保護者 *定員8人 (多いときは抽選。無料託児あり)

内 ストレッチで体をほぐしながらやさしいヨガで整いやすい体作りをしましょう。講師=片山三代子さん 持ち物=ヨガマットか大判バスタオル、フェイスタオル、飲み物

申 6月22日(木)までに電話で、子どもすくすくセンター

☎ 23-5522 へ (午前9時～午後5時)

■おやこで遊ぼう会

時 7月8日(土) 午前10時～11時30分

場 滑川体育館

対 1～5歳児と保護者 *先着16組(子ども1人につき大人1人で1組です。子どもが2人以上の場合ご相談ください)

内 体操、ゲーム、ふれあいあそびなど 講師=子どもすくすくセンター保育士 持ち物=タオル、飲み物、上靴(スリッパ不可)

料 1人50円

申 6月15日(木)から直接か電話で、子どもすくすくセンター

☎ 23-5522 へ (午前9時～午後5時)



自主グループ 会員募集

グループ名	とき	参加料	申し込み
-------	----	-----	------

◆滑川交流センター

味菜くらぶ (男の料理教室)	第2土曜日 9:00～12:30	月1,000円	須田 ☎080-1390-8542
-------------------	---------------------	---------	----------------------

◆中小路交流センター

かたつむりの会 K1(山登り)	第1月曜日 10:30～正午	月500円 (保険料込み)	木村 ☎43-4826
--------------------	-------------------	------------------	----------------

◆女性センター

バードカーピング (野島木彫り)	第2・4火曜日 10:00～正午	月2,500円 別途材料代	菅原 ☎090-8433-9873
---------------------	---------------------	------------------	----------------------

各施設に登録しているグループを掲載しています。
掲載の申し込みは各施設へ

◆大久保交流センター

多賀民謡会	第1～3火曜日 13:00～16:00	月2,000円	小室 ☎35-5088
-------	------------------------	---------	----------------

◆南部支所

久慈太極拳同好会	毎週土曜日 10:00～正午	月1,000円	棚辺 ☎070-1276-9997
----------	-------------------	---------	----------------------

◆久慈交流センター

フラオカヴァイルー キニ(キッズフラ)	木曜日(月3回) 16:20～17:20	月3,500円	小澤 ☎090-2499-1234
------------------------	-------------------------	---------	----------------------

県内産農水産物の出荷制限・自粛状況

国の出荷制限指示品目うち、日立市が対象となっている品目

こしあぶら(野生)、キノコ類(野生)、イノシシ肉

県の出荷自粛要請品目のうち、日立市が対象となっている品目

原木シイタケ(露地栽培、施設栽培)、乾シイタケ

*5月17日現在 基準値:放射性セシウム100ベクレル/kg
*情報の詳細は、下記QRをご覧ください。



市 HP



県 HP

出荷制限指示
などの状況



県 HP

野生の山菜類・きのこ類
を出荷・販売する方へ

問合せ 農産物検査:県産地振興課

水産物検査:県漁政課 ☎029-301-1111(代表)

市内の放射線量の状況などのお知らせ

◆学校などの測定結果

(測定日:4月3日～5月12日)

区分	測定値の範囲
小学校	0.035～0.090
中学校	0.041～0.086
特別支援学校	0.053
認定こども園 幼稚園、保育園	0.034～0.092

◆単位はマイクロシーベルト/時間

◆市内の放射線量は、国が長期的な目標としている、個人が受ける年間被ばく線量(毎時0.23マイクロシーベルト)を下回っています。

◆学校など、各施設の測定結果は市HPをご覧ください。

問合せ 防災対策課原子力安全対策室 ☎内線577

◆国・県設置のモニタリング ポストの測定結果(R5.5.15)

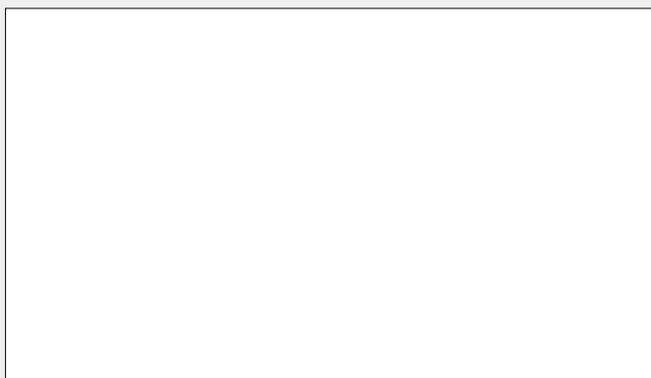
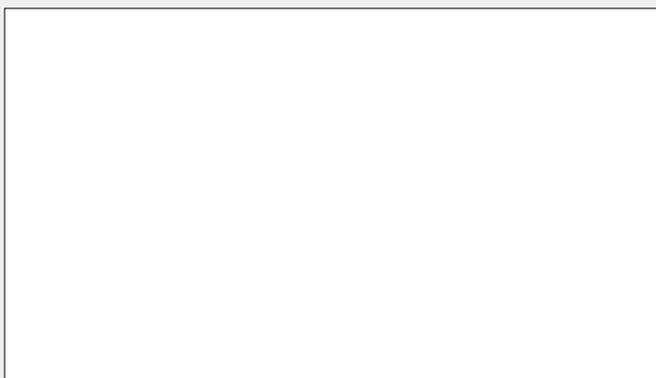
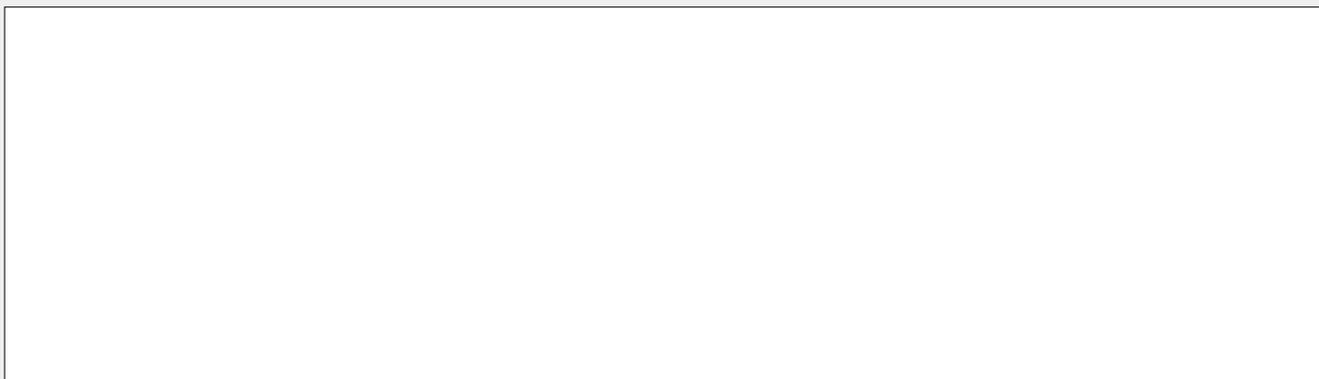
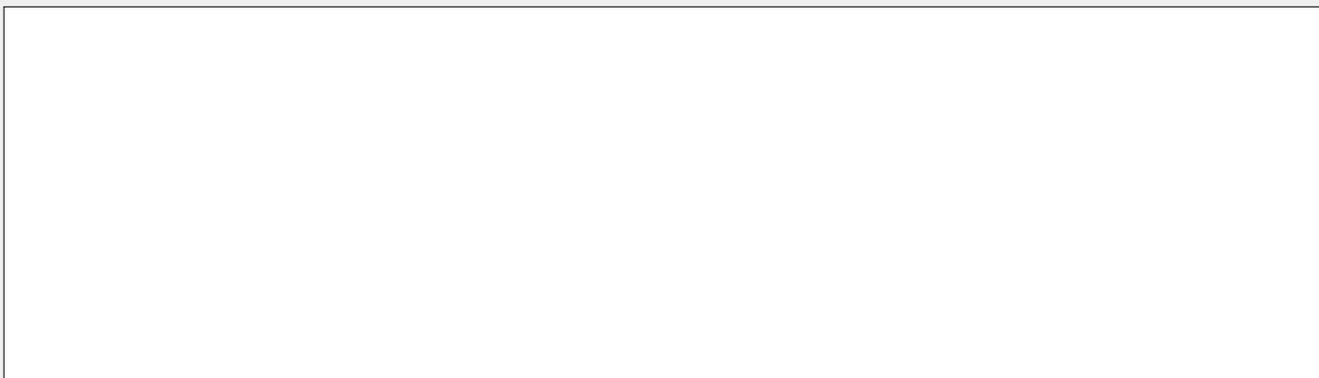
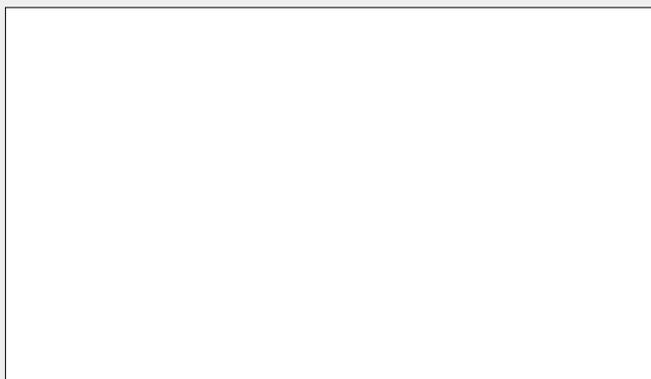
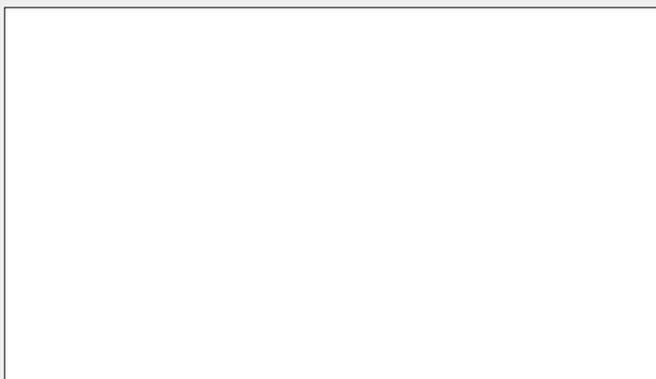
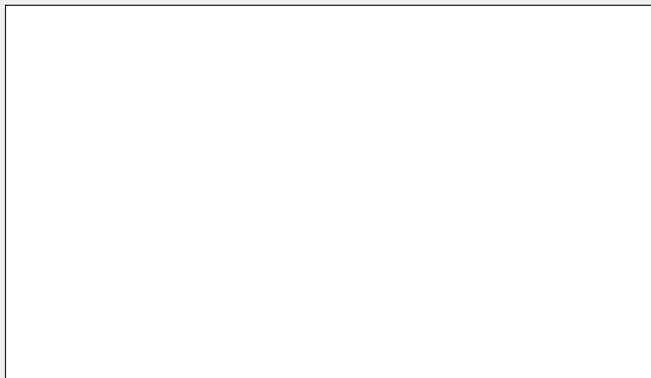
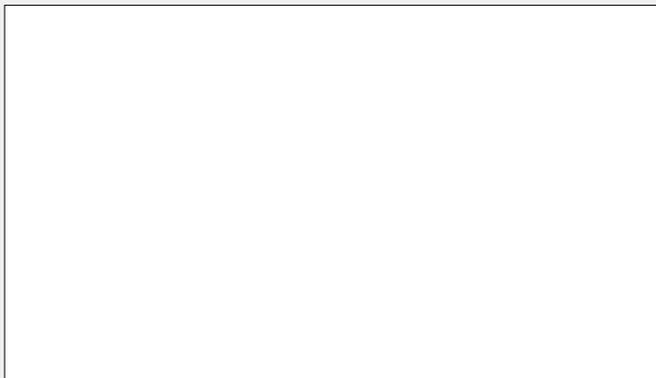
測定場所	測定値
十王図書館	0.036
西部支所	0.034
消防本部	0.033
中小路小学校	0.038
大沼小学校	0.043
久慈中学校	0.045

広告

広告内容に関する質問などについては、広告主に直接問い合わせてください。

広告

広告内容に関する質問などについては、広告主に直接問い合わせてください。



ひたちちの 若者よ、 集合せよ。



ひたち若者かがやき会議
仲間募集中

ひたち若者かがやき会議
ってなに？



みんなでこのまちの未来について語り合おう

若者会議
全体会

7月8日 SAT 10:00 - 12:00

茨城大学工学部内

第1部 パネルディスカッション

ひたち若者かがやき会議 × 市内外で活躍する若者団体

第2部 気になるパネラーとディスカッション



新しい仲間や自由に発言できる場との出会いがあり、楽しい時間となること間違いなし！日立市に想いのある若者なら、どなたでも参加できます。

対象 18歳～39歳の方

定員 40人 *多いときは抽選

申し込み 7月3日(月)までに右記QRから

問合せ 女性若者支援課 ☎ 26-0315

