

ひたち



いつか来る水害に備えて

特集

防災 → 減災

- 新型コロナウイルスワクチン接種 10
- 市内観光果樹園がオープンします 24

これからの台風の季節を前に、自分の身は自分で守る「減災」の取組についてご紹介します。
(写真は市内で活躍する女性防災士の皆さん)



日本は、台風や地震が多く、それによる水害などの被害が、毎年各地で発生しています。

国土交通省の調べでは、過去 10 年間で 90% 以上の自治体が浸水や津波、土砂崩れなどの水害の被害を受けています。

本市は海と山に挟まれ、地形の起伏も激しい上に、久慈川や茂宮川といった一級河川を始め、住宅や市街地の付近にも多くの河川があるなど、豊かな自然に恵まれる一方で、気象条件によっては水害に見舞われることが考えられます。

今回の特集では、「災害は必ず起きるもの」と考え、大雨による水害に備え自身や家族の身を守るためにはどのような行動が必要か、被害を減らす「減災」の取組についてご紹介します。

令和元年東日本台風（台風 19 号）の大雨で増水した榊橋付近の久慈川の様子

特集

いつか来る水害に備えて

防災 → 減災

問合せ 防災対策課 ☎ 内線 340

防ぐ「防災」から
減らす「減災」へ

「減災」とは、災害、または災害による被害は生じるものという考えを前提とし、被害を最小限に抑えるために備える取組のことです。

かつては、災害を未然に防ぐ、または災害による被害を限りなくゼロにする「防災」の考えに沿って対策を行うことが主流でした。しかし、東日本震災など大災害を経験したことで、実際には全ての災害を防ぎ、被害をゼロにすることは難しいと認識が変わっていき、現在では、「減災」の考え方が広まっています。

災害による被害を最小限に抑えるためには、自分自身の身を守る「自助」、地域や近所の方とともに助け合う「共助」が大切です。



川の水があふれる前に 確認しよう！

減災の6つのポイント



Point 01 ハザードマップを確認しよう

洪水ハザードマップは、川から水があふれた時に、どの地域が危険なのか色で示したもので、色が濃いほど危険性が高いことを表します。ハザードマップは市役所や各支所で配布しているほか、市HP（下記QR）や地域情報アプリ「ひたちナビ」でも公開しています。



市HP



Point 02 避難の方法を知る

洪水や土砂災害などの災害リスクがある地域に自宅がある場合、災害時には避難が必要となります。ハザードマップのほか、避難場所などの防災情報が記載された防災マップを参考に、避難場所や避難経路を確認しましょう。



浸水時の避難の際のワンポイントアドバイス

- 長靴は水が入り重くなるので履かない！
- 氾濫水は濁っていて足元が見えないため、棒などで確認しながら行動しましょう！

日立市公式地域情報アプリ「ひたちナビ」

インストールは右記QRから！

iPhone Android

Point 03 家庭での話し合い

実際に災害が発生した時のことを想定して、事前に家族一人ひとりの役割分担や離ればなれになった時の連絡方法などを決めておきましょう。



Point 04 近所とのつながり

水害に関わらず、災害に遭った際は、近所の方との助け合い、いわゆる「共助」により命が救われることもあります。地域の防災訓練に参加するなど、日ごろから近所の方とのつながりを大切にしましょう。



Point 05 防災情報の入手手段を知る

災害時には、さまざまな媒体で防災情報を広報しています。どの媒体から情報を入手するか確認しておきましょう。



情報	ポイント	主な情報の入手先
天気	・台風の強さや進路 ・雨量 ・今後の見通し	・気象庁 HP ・日立市天気相談所 HP
川	・近くの川の水位 ・上流の川の水位 ・氾濫情報	・川の防災情報 HP ・河川情報システム HP
避難	・避難勧告や指示 ・避難所の開設状況	・市 HP ・ケーブルテレビ行政放送 ・防災行政無線 ・FM ひたち

Point 06 非常持出品の準備

非常持出品は、避難する際に自宅から緊急的に持ち出すものです。家族で話し合い、置き場所を決めて保管するようにしましょう。



非常持出品チェックリスト

- 飲料水 食料品（日持ちするもの）
- 着替え ビニール袋 薬（常備薬）
- お薬手帳 保険証 タオル 除菌シート
- 懐中電灯 携帯電話 充電器 貴重品
- 家族に必要なもの（おむつ、生理用品など）
- 大きめのごみ袋（即席ポンチョにも） など



水害に備えて 久慈町に住む立川さん家族が体験

マイ・タイムラインを作ろう

家族で話し合い 避難行動計画を

減災のポイントの一つである「家族での話し合い」。

水害から自分自身や家族の身を守るためには、適切なタイミングで避難することが極めて重要です。水害の怖いところは、時間の経過とともに、いつの間にか道路や河川の状態などが悪化していくため、避難するタイミングを逸してしまうところです。

避難について家族で真剣に話し合い、事前に避難するための行動をまとめた計画「マイ・タイムライン」を作成しましょう。

マイ・タイムラインとは

水害時の行動計画表（タイムスケジュール）のことです。

自分自身の家族構成や生活環境を踏まえて、自分自身の洪水リスクを把握し、あわてずに逃げる準備を整えるなど、いつ何をするのか整理しておくことが重要です。



マイ・タイムラインの作り方

まずは下調べから

早速作ってみよう！

●洪水ハザードマップで確認

- ・あなたの住んでいる場所の浸水深はどのくらい？
- ・あなたの住んでいる場所は***家屋倒壊等氾濫想定区域**？
*家屋の倒壊・流出をもたらすような激しい流れがくる地域

●家庭の状況を確認

- ・車はありますか？（何台）
- ・ペットは飼っていますか？
- ・持病薬はありますか？
- ・高齢者・乳幼児・障がい者・妊婦など避難に支援が必要な人はいますか？

●避難先の確認

- ・あなたが避難する場所は？（市内外問わず）
 - 洪水ハザードマップに記載されている避難所は？
 - 親戚・知人の家は？
 - もし逃げ遅れた場合、近くに浸水しない場所は？

①ハザードマップを確認

- ②シールに必要な行動などを記入
- ③立川家が常備している持出袋の中身を確認
- ④シールをマイ・タイムラインの行動計画内に貼りつけ完成



右記QRからマイ・タイムラインを作成することができます。
みなさんも作成してみましょう。



マイ・タイムラインのイメージ

水害発生までの残り
時間と周囲の状況

*時間は目安です。

3日前

台風が発生

1日前

台風が近づいて、雨
や風がだんだん強くなる

半日前

雨が集まって、川の
水がだんだん増える

5時間前

激しい雨で、川の水
がどんどん増えて、河
川敷にも水が流れる

3時間前

川の水がいっぱい
あふれそう

水害発生！

川の水が氾濫

行政から発信される情報

【警戒レベル1】
早期注意情報

【警戒レベル2】
大雨・洪水注意報

河川：氾濫注意水位に到達
(久慈川 3.70m、茂宮川
2.40m、十王川 1.70m)
氾濫注意情報発表

【警戒レベル3】
高齢者等避難が発令

河川：避難判断水位に到達
(久慈川 6.30m、茂宮川
2.80m、十王川 2.00m)
氾濫警戒情報発表

【警戒レベル4】
避難指示が発令

河川：氾濫危険水位に到達
(久慈川 6.70m、茂宮川
3.10m、十王川 2.40m)
氾濫危険情報発表

【警戒レベル5】
河川：氾濫が発生！
氾濫発生情報発表

避難するまでにやるべきこと

- テレビやラジオで台風情報を確認する
- 避難先、移動手段、移動時間を再確認する
- 家族の予定を確認する
- 川の水位を確認する
- スマートフォンなどを充電する
- 避難するときに持っていくものを確認する

余裕がある場合には、近隣のお年寄りや妊産婦、障害のある方などに声かけするなど、避難が困難な方にも配慮しましょう。

- 高齢者など避難に時間がかかる人は避難を始める
- 動きやすい服装に着替える

- 安全な場所へ全員避難する

**警戒レベル3・4
で全員避難！！**

もし逃げ遅れたら…

近くの丈夫な建物の2階以上に避難して、救助を待つようにしましょう。



東日本大震災を経験して、非常持出袋を揃えたり、大雨などの際は河川の水位を確認したりしてきました。今回、避難行動について改めて家族みんなで話し合い、共有できたことは今後の安心につながりました。マイ・タイムラインは簡単に作れますので、皆さんもぜひ作ってみてください。

みんなの話を聞いて、たくさん雨が降ると危ないということが分かりました。逃げる用意をすることは大事だと思いました。



防災士を目指したきっかけは、東日本大震災です。当時は、防災に対する意識も低かったため、自宅にある備蓄品も足りず、小さい子どもを抱えながら、とても苦労しました。その経験から、防災に対する意識が高まり、3人で防災の知識を共有していた中で、より正しい知識を身につけられるよう防災士の資格取得を目指すようになりました。

資格を取得した現在は、地域の子どもたちが自立して家を離れた際も災害時に適切な行動ができるように、小学生を対象に減災に係る啓発活動やイベントに取り組んでいます。子どもたちは、東日本大震災の記憶はありませんが、減災の大切さを素直に学んでくれるので、「自分の身は自分で守る」ということを伝えていきたいです。

災害が起こった時、まず必要なのは、「自助」です。私たち防災士は、その自助の大切さを地域に広める「共助」を担う存在です。率先して自分たちが動き、多くの人の意識を高め、本当に公助を必要としている人に支援が行き届くよう活動していきます。

地域の子どものために

防災少年団の皆さんをご紹介します！

防災活動や地域防災力の向上のために、十分な防災意識と一定の知識・技能を備えた方が取得できる「防災士」の資格。市内では172人(令和4年6月現在)が取得しています。今回は、防災士として市内で「防災少年団」の活動をしている皆さんをご紹介します。



大久保学区内で防災少年団として活動している皆さん。「災害を正しく恐れる」ため、3人で防災士の資格を取得しました。(中央の方は市内で唯一の10代(高校生)の防災士です。)



防災少年団では、地域の子どもたち(小学生)を対象に、「いざという時にどう行動するか」などの話し合いや、備蓄品として何が必要かをみんなの前で発表してもらうなど、防災について「自分で考える」ことを大切にした取組を行っています。また、災害用伝言ダイヤル「171」の使い方の練習や、段ボールベッドの組み立てなど、実際に体験して、子どもたちが楽しく学べる活動を心がけています。

防災士や、防災少年団に興味のある方は、防災対策課にご連絡ください。

日立市の消防団は、地域防災体制の中核を担う存在です。市内全域に配置されている27の消防団が、「地域の安全・安心を守る」という自負を持ち、常日頃から訓練に励んでいます。令和元年10月の台風19号の影響による大雨の際は、河川氾濫の危険があったことから、付近の警戒や土のうを使用し氾濫防止を図るなど、夜通しの活動も行いました。

このような訓練や活動を通じて、私達が常に心掛けていることは地域住民との連携です。空気の乾燥する季節に火災予防のパトロールを行ったり、各地区の自主防災訓練などに積極的に参加し

て、消防団としての知識や経験をもとに大規模災害への備えや対応を呼びかけるなど、地域に密着する組織として具体的な取組をしています。また、常に地域住民の方と顔が見える関係を築くことを意識しながら、地域の防災・減災に関する働きかけを行っています。

そして、これらの活動が市民の皆様浸透し、防災・減災の意識が強化されれば、さらに「災害に強いまち、日立」になると信じています。私たちが日立市消防団は、これからの地域に貢献するとともに住民の皆様のため尽力してまいります。

市民の安全を守る！

消防団の活動をご紹介します！

消防団は、「自分たちのまちは、自分たちで守る」という精神に基づき、仕事を持ちながら「地域住民の生命、身体や財産を守る」ことを使命として、火災だけではなく、地震、風水害などの災害発生の際に活動しています。

日立市消防団

団長 川井 健一さん



日立市消防団は、水防団を兼ねており、台風や大雨などの際に予想される河川氾濫に備え、毎年5月下旬から6月上旬にかけて久慈川管轄区域にあたる県北5市村（日立市、東海村、那珂市、常陸太田市、常陸大宮市）合同で訓練を実施しています。

また、河川氾濫による堤防決壊が予想される際には、河川沿岸のパトロールや、消防職員と協力して決壊に備えた土のう積みを実施するなど、水害から地域住民を守るための活動をしています。



消防団員を募集しています！

★18歳以上で、日立市に在住または在勤で、心身ともに健康であればどなたでも入団できます。

★入団希望者は、警防課にご連絡ください。

問合せ 警防課

☎ 24-0119



9月9日は救急の日

皆さんの勇気が大切な命を救います

9月9日は「救急の日」です。また、この日を含む1週間(9月4日～9月10日)は「救急医療週間」とされています。安全・安心な暮らしに欠かせない救急医療について、ぜひ、この機会に考えてみましょう。

緊急を要する場合

病気やけがの中でも特に緊急を要するものは、心臓や呼吸が止まってしまった場合です。このようなときは、その場に居合わせた人による迅速な119番通報と適切な応急手当、救急隊による救命処置と搬送、医療機関における救命医療の連携がスムーズに行われることで、大切な命を救うことができます。

応急手当救命講習会

心臓や呼吸が止まってしまった場合には、心肺蘇生法とAEDの使用が有効です。これらを学べる応急手当救命講習会を7月から再開しましたので、大切な命を救うため、ぜひ受講してみてください。

*短時間の救急教室も開催しています。詳しくは右記QRをご覧ください。最寄りの消防署に問い合わせてください。



救急車の適正な利用

「病院に行くべきか分からない」「どこの病院に行けばいいの分からない」といった場合は、茨城県おとな・子ども救急電話相談や消防本部の消防医療情報問

合せに相談してください。また、緊急性のない定期的な通院などは、タクシーなどの公共機関を利用させていただくか、民間の患者搬送事業者などを活用ください。

■茨城おとな救急電話相談

☎ #7119 または 050-5445-2856

■茨城子ども救急電話相談

☎ #8000 または 050-5445-2856

■消防医療情報問合せ ☎ 22-4199

ラピッドカー運用中

ラピッドカーとは、心肺停止などの重症患者が発生した場合、医師や看護師が同乗して出場する緊急車両のことです。医師が直接救急現場に向かうことで、病院に着くよりも早く救急医療が開始されます。地域の救命率の向上と後遺症の軽減に大きく貢献しています。



問合せ 警防課・予防課 ☎ 24-0119

台風の季節の備えに

住宅の耐震・浸水対策費用の一部を助成



住宅の耐震対策や、浸水対策に要する費用の一部を助成します。必ず工事の契約前に申請書を提出してください。

耐震対策

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を対象に、耐震診断・耐震改修などを行う場合の費用を助成します。

- 耐震診断(助成率15/16・限度額3万円)
- 耐震改修計画・耐震改修一括助成(助成率4/5・限度額100万円)

浸水対策

次の工事の費用を助成します。

- 住宅への浸水を防ぐため、門扉や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30万円)
- 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300万円)

*詳しくは右記QRをご覧ください。



問合せ 住政策推進課 ☎内線 247

若者による若者のための講座 ひたち産直講座 Vol.2 への参加者を募集

市の魅力である「海」と「山」を舞台に、豊かな「食」と日立市で暮らし働く『ひたちびと』の仕事に触れられる体験型講座を2回コースで開催します。新鮮な魚を食べられ、お土産も付いてきます！



Day1 大いなる海から食卓まで - 地産地消と学校給食 -

- 地元で捕れた新鮮な魚を使った調理実習体験
- 給食献立を組み合わせるワークショップ

Day2 山の恵みと人々の繋がりを知る

- 豊かな自然あふれる中里地区の魅力を存分に体験
- 中里で収穫されたハーブを使ったワークショップ

とき Day 1 : 9月17日(土) 午前9時～午後2時

Day 2 : 10月8日(土) 午前9時～午後2時

ところ Day 1 : 茨城キリスト教大学

Day 2 : 中里交流センター、御岩神社、
吉田正音楽記念館

対象 両日とも参加できる18～39歳の方（親子での参加可（5組まで）。大人1人につき小学生以上の子ども1人まで）

定員 20人（多いときは抽選）

料金 2講座合計5,000円（親子参加は6,000円）

申し込み

9月7日(水)までに右記QRから申し込みを

問合せ 女性若者支援課 ☎ 26-0315



若者活躍応援補助を活用した事業をご紹介します

まちの活性化やにぎわいの創出にチャレンジする若者団体を応援する「若者活躍応援補助」の対象団体が決定しました。ぜひ、それぞれの会場に足を運んでみてください。

■ 日立メニュー開発研究部

『食育イベント「スムージー販売」(9月18日(日))』
県産食材を使用したレシピ紹介とスムージー販売をします。

■ 茨城キリスト教大学子育て応援隊 NS26

『忍者修行遊び(9月18日(日))』
忍者に扮し、謎を解きながら遊びます。

■ Hyphen

『おおくぼさくら公園防災ワークショップ(9月24日(土))』
カマドベンチを使用した防災備蓄食のアレンジレシピの実演などを行います。

それぞれのイベントの詳細については、
右記QRをご覧ください。



問合せ 女性若者支援課 ☎ 26-0315

24時間いつでもどこでも！

電子書籍貸出サービスをご利用ください

書籍数
1万冊以上

パソコンやスマートフォンなどの電子機器で読むことのできる電子書籍貸出サービス。利用方法はとても簡単です。ぜひ、利用してみてください。

電子書籍のポイント

👉 24時間いつでもどこでも貸出し・返却可能！

👉 文字拡大や音声読み上げ機能付き！
*対応する本は限られています。

*利用方法など、詳しくは市電子書籍貸出サービスのHP(右記QR)をご覧ください。



館内で「電子書籍貸出サービス用のタブレット」が利用できます

各図書館で「電子書籍貸出サービス用のタブレット」を無料で利用できます。操作が不慣れな方や、電子書籍に興味がある方などには、操作説明を行いますので、お気軽にご利用ください。

図書館のWi-Fiが使いやすくなりました

各図書館のWi-Fi環境を整備し、繋がりがやすく、通信速度も速くなりました。

問合せ 記念図書館 ☎ 24-7714

新型コロナウイルスワクチン接種

令和4年8月1日までの情報で作成しています。
最新の情報は、市のHPなどで随時お知らせします。

重症化リスクの高い、高齢者や基礎疾患のある方は、できるだけ早い4回目の接種を！

3回目接種がお済みでない方（特に30代以下の方）は接種のご検討を！

4回目接種を実施しています

新型コロナウイルス感染時の重症化予防を目的に、4回目接種を進めています。

対象：①60歳以上の方

②18～59歳で基礎疾患がある方（*）、医療機関や高齢者施設・障害者施設などの従事者

*妊娠している方、喫煙している方や運動不足の方（1回30分以上・週2回以上の運動を1年以上継続できていない方）も対象となる場合がありますので、医師にご相談ください。



1 接種スケジュール（予定）

	対象（3回目の接種日）	接種券発送日	予約開始日時
令和4年	3月29日(火)～4月1日(金)	8月23日(火)	接種券が届いたら予約できます。接種ができるのは、 3回目接種から5か月経過後となります。 (例) 3回目接種が令和4年3月29日の場合 →令和4年8月29日から接種できます。
	4月2日(土)～5日(火)	8月25日(木)	
	4月6日(水)～19日(火)	8月30日(火)	

18～59歳の方は、接種券の申請が必要です（申請方法は次の3とおり）。

■コールセンター ■相談窓口（市役所、多賀市民プラザ、保健センター） ■インターネット（右記QR）



2 地域の会場・医療機関での集団接種（予定） 使用ワクチン：モデルナ社製

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



接種日	会場
8月27日(土)	池の川さくらアリーナ（東成沢町）、田尻ヶ丘病院（田尻町）
8月28日(日)	池の川さくらアリーナ（東成沢町）、嶋崎病院（会瀬町）
9月3日(土)・4日(日)	ゆうゆう十王・Jホール（十王町友部）、日立地区産業支援センター（西成沢町）
9月10日(土)・11日(日)	ゆうゆう十王・Jホール（十王町友部）

*定員になり次第、受付を終了します。

このほか、医療機関での個別接種も実施しています。実施医療機関や予約方法は、接種券と一緒に
お送りする「日立市からのお知らせ」や市のHP（右記QR）でご確認ください。



1・2回目接種（5歳以上）、3回目接種（12歳以上）の方

接種券と一緒に送りしている「日立市からのお知らせ」や市のHP（右記QR）でご確認ください。3回目接種を希望する18歳以上の方は、
上記4回目接種の集団接種会場でも接種を受けられます。



5～11歳



12歳以上
【1・2回目】



12歳以上
【3回目】

ノババックス（武田社製）の接種

▶対象：1・2回目接種 → **12**歳以上に変更になりました。3回目接種 → **18**歳以上

▶予約方法：■インターネット予約 ■コールセンター予約

▶接種会場：■栗山整形外科（日高町） ■おおたしろクリニック（平和町） ■根道ヶ丘クリニック（大沼町）

問い合わせ ワクチン接種ひたちコールセンター ☎ **050-3646-5466** FAX 85-8010
*副反応に関すること…茨城県新型コロナワクチンコールセンター ☎ 029-301-5394

新型コロナウイルスへの対策

引き続き、感染拡大防止にご協力をお願いします



マスク着用



換気



手洗い



手指消毒



うがい



身体的距離の確保



検温



消毒

日立市で実施する PCR 検査を拡充しました

新型コロナウイルスの感染が拡大していることから、市民の皆さんの不安を軽減するため、検査日を週 **2** 日から週 **5** 日（月曜日から金曜日まで * 祝日除く）に拡充しました。

期間：9月30日(金)まで **対象**：無症状の市民の方（濃厚接触者や既陽性者の陰性確認は対象外）

自己負担金：1,000円（生活保護を受けている方または世帯の全員が住民税非課税の方は無料）

申込み：検査日（検体提出日）の前日午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）までに保健センターへ

定員：1日50人。定員になり次第、受付を終了します。

問合せ：健康づくり推進課 ☎ 21-3300 * 詳しくは、右記 QR をご覧ください。



新型コロナウイルス感染症に係る支援制度のお知らせ

今年もやります！

ひたちのまちでお買い物事業

加盟店でのお買い物が最大3割引（一会計当たり上限3,000円）になるお得なキャンペーン「ひたちのまちでお買い物事業」が始まります。ぜひご利用ください。

割引実施期間

9月3日(土)～11月30日(水)

* 上記利用期間内でも、早期に割引キャンペーンが終了となる店舗がありますのでご了承ください。

割引対象者

市民または市内に通勤・通学する方

* 事業者間取引（卸売）は対象外となります。

割引率

最大3割引

* 一会計当たりの割引上限額は3,000円です。

* 同一店舗での割引は1人につき1日1回までです。

加盟店情報

加盟店を掲載したリストを商工振興課、各支所・交流センターなどで配布します。また、右記 QR からご確認できます。

* いずれも9月3日(土)からとなります。

問合せ

日立市地元買物推進委員会事務局
(商工振興課内) ☎ 内線 616



キャンペーンのご利用方法

- STEP 1** 対象店舗で商品を選択！
- STEP 2** 商品をレジへ！
- STEP 3** お買い物内容を専用用紙で報告！
* 店舗にあります。
- STEP 4** 最大3割引に！
- STEP 5** お支払い！



子育て世帯には応援チケットを配布！

令和4年7月1日時点で日立市に住民登録している18歳（高校生相当）以下のお子さんがある世帯に対して、左記加盟店で利用できる応援チケット（子ども1人につき3,000円分）を8月下旬に配布します。

有効期間 9月3日(土)～11月30日(水)

問合せ 子育て支援課 ☎ 内線 338

大陸大型ネコ科動物揃い踏み 新猛獣舎「がおーこく」がオープン

7月23日、かみね動物園の新猛獣舎完成記念式典を行い、新猛獣舎の名称が「がおーこく」であることを披露しました。式典後、オープンした「がおーこく」を観覧した来場者たちは、ライオンやトラ、新たに加わったジャガーの生き生きとした姿を見て、目を輝かせていました。



料理本のアカデミー賞「世界料理本大賞」 市内出身の宮澤孝子さんが2位を受賞

市内を拠点に薬膳料理教室や農場レストランなどを経営している宮澤孝子さんの著書「思い出の料理と綴る自分史『母が紡ぐ和の薬膳』」が、料理本のアカデミー賞と称される「グルマン世界料理本大賞」の自然食部門で2位を受賞しました。自身の半生と料理のレシピを記した同書籍の受賞を受け、宮澤さんは「茨城の家庭料理を代々継承していくことが、SDGsへつながることを確認できた」と喜びました。

今年も全国ナンバー1 鵜の岬が利用率33年連続1位

茨城県立国民宿舎鵜の岬が、全国の公営国民宿舎の令和3年度宿泊利用率で、33年連続の1位（宿泊利用率62.5%）となりました。鵜の岬の鈴木省次支配人は、「県内の旅行代金を割り引きする「いば旅あんしん割」やSNSなどでのPRにより、県内にとどまらず県外からも利用してもらえたことが大きかった」と話しました。



ウミウ捕獲場一般公開の詳細については、日立市観光物産協会のHPから確認できます。

日本で見られるのはここだけ ウミウ捕獲場を一般公開中

鵜の岬にあるウミウ捕獲場が、9月30日まで一般公開されています。期間中は断崖絶壁にあるウミウを捕獲するための鳥屋の見学や、捕獲者から捕獲方法などの貴重な話を聞くことができます。国内唯一のウミウ供給地であり、ここで捕獲したウミウは全国11か所の鵜飼地で活躍しています。ここでしか見られない捕獲場の様子を、この機会にぜひご覧ください。

行政相談員の小野勝久さん 内閣総理大臣感謝状を授与される

7月19日、行政に対する相談の解決などを行う行政相談委員として30年以上にわたって活動している小野勝久さんが、内閣総理大臣感謝状を授与されたことを、小川市長に報告しました。小野さんは、平成4年に行政相談委員に委嘱され、市民から寄せられる行政に関する相談業務のほか、コミュニティとの情報交換会や、高校生を対象とした出前講座の開催などにも取り組まれ、現在は、全国行政相談委員連合協議会の会長を務めています。



高 校生の熱き挑戦 およそ70人がインターハイなどに出場

7月19日、インターハイに出場する市内の高校生たちが市役所を訪問しました。今年度のインターハイや全国高校定時制通信制体育大会には、市内の高校などから、個人・団体の競技を合わせて、およそ70人が出場します。この日は代表の5人が、小川市長に大会に向けての意気込みなどを語りました。インターハイは、四国の各地で、7月下旬から8月にかけて行われています。



子育て支援の拠点施設 子どもセンターの利用者数が10万人に

子どもセンターは、18歳未満の子どもたちとその家庭に寄り添うために、平成27年に開設し、多くの親子が利用しています。7月1日、6月に利用者数が10万人に達したことを受け、記念セレモニーを行いました。記念すべき10万人目の利用者は、河野さん親子です。小川市長は河野さん親子に、記念メダルを手渡し、「これからもみなさんが楽しく交流ができる施設をめざしていきます」と話しました。



協力隊の皆さんの活動内容などは、県のHPから確認できます。

社会課題の解決を目指して 地域おこし協力隊が市役所を訪問

県は、首都圏などから県北地域に移り住み、地域の課題解決につながるビジネスなどに取り組む起業家を「起業型地域おこし協力隊」の隊員として委嘱し、支援しています。7月5日、日立市を拠点に活動する5人が市役所を訪れ、活動内容などについて小川市長に報告しました。報告を受けた小川市長は「それぞれがんばっていて、たくさんのパワーがあると感じ嬉しくなりました」と話しました。

体にやさしい適塩レシピをご紹介します

火を使わない簡単レシピです。夏休み中のお子さんといっしょに作ってみませんか。

1人分 591Kcal
食塩 0.2g



お手軽！サーモン丼

●作り方

- ①サーモンは薄切りにしておく。たまねぎは薄切りにして水にさらして水気を絞る。
- ②材料Aを混ぜ合わせ、サーモン、たまねぎを20～30分程漬ける。
- ③材料Bを混ぜ合わせ、ご飯に混ぜて酢飯を作る。
- ④丼に酢飯、たまねぎ、サーモンの順に盛り、マヨネーズ、ねぎ、のりをトッピングする。

●材 料（4人分）

サーモン（刺身用）	400g	B	酢	120g
たまねぎ	1/2個		砂糖	大さじ4
A	酢	大さじ2	ご飯1人分（200g）×4	
	オリーブ油	小さじ2	マヨネーズ	大さじ2
	砂糖	小さじ2	刻みねぎ	適宜
	レモン汁	小さじ2	刻みのり	適宜

【適塩ポイント】

しょう油の代わりに、マヨネーズを使うことで塩分を減らし、コクをプラスしました！



その他のレシピもインスタグラムに掲載しています！

日立シビックセンター、日立市民会館の催し

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 プラネタリウム番組「プラネタリウムでチョコちゃんに叱られる！チョコとキョエの宇宙大冒険！無知との遭遇」
 時9月3日(土)～来年3月22日(水) 場天球劇場 料大人500円、子ども200円、幼児無料 他上映時間はHPをご覧ください。

B プラネタリウム番組「星の旅-世界編-」
 時9月3日(土)～来年3月22日(水) 場天球劇場 料大人500円、子ども200円、幼児無料 他上映時間はHPをご覧ください。
【同時開催】KAGAYA 星空アート展（9月25日(日)まで）
 場日立シビックセンターオリエントーションルーム

C プラネ★トーク「チャギントン～星空にレッツライド！～with つるの剛士」
 時10月23日(日) 午前11時～午後0時15分、午後1時～2時15分 場天球劇場 定各回200人 料一般1,000円、3歳～高校生500円 *3歳未満でも座席が必要な場合は有料 申9月5日(月)の午前10時からHPで申し込みを。

D 観望のためのプラネタリウムと「中秋の名月」観望会
 時9月10日(土) 午後6時30分～8時(観望会は午後7時～) 場天球劇場、屋上 定200人 料大人500円、子ども200円、幼児無料 申8月27日(土)の午前10時からHPで申し込みを。 他中秋の名月ライブ配信も行います。

E コンサートをつくろう！
 時10月15日(土)、11月20日(日)、12月11日(日)、来年1月8日(日)、2月25日(土)・26日(日) 午後1時～4時 場日立シビックセンター音楽ホール、多用途ホール 対小学校5・6年生、中学生 定15人 料500円 申8月27日(土)の午前10時からHPで申し込みを。

F バギーコンサート～ヴァイオリンと読み聞かせ～
 時10月20日(木) 午前11時～11時30分 場日立シビックセンター多用途ホール 対未就学児とその保護者 定70人 申9月10日(土)の午前10時からHPで申し込みを。

G 舞台「かいけつゾロリとなぞのスパイ・ローズ」
 時11月20日(日) 正午開演、午後3時開演 場日立市民会館ホール 料全席指定3,300円 *2歳以上は有料。2歳未満でも座席が必要な場合は有料 申電話で申し込み受付中。

問A～D 科学館 ☎ 24-7731

E・F 日立シビックセンター音楽ホール ☎ 24-7755

G 日立市民会館 ☎ 22-6481

貸館イベント情報（9月）

右記QRからご覧ください。



*新型コロナウイルス感染症の影響により、延期・中止となる場合があります。
 *その他イベント情報は、右記QRからご確認ください。



臨時休館のお知らせ 科学館・天球劇場：9月1日(木)・2日(金)

新型コロナウイルス感染症の拡大を防止する観点から、掲載したイベントなどは中止または変更となる場合があります。最新の情報については、市のHPをご覧ください。主催者に問い合わせてください。

お知らせ

■ 日立市議会 令和4年第3回
定例会のお知らせ

とき	内容
1日(木)	本会議(開会、議案説明)
5日(月)	議会運営委員会
	本会議(一般質問)
6日(火)	本会議(一般質問)
7日(水)～9日(金)	常任委員会
12日(月)～16日(金) 20日(火)・21日(水)	特別委員会
	議会運営委員会
22日(木)	本会議(各委員長報告、 表決、閉会)
26日(月)	

■ 時 本会議 原則午前10時(26日は午後1時)開会

● 傍聴：新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、傍聴席を20席に制限します。7階市民ラウンジでもモニター放映します。委員会の開催時間などは、問い合わせてください。

● 議会中継：本会議の様子はケーブルテレビJWAY、FMひたち及び日立市議会HP(下記QR)で中継します。

■ 議会事務局

☎ 内線 371



■ 就業構造基本調査にご協力
ください

全国から選ばれた約54万世帯の15歳以上の方々を対象に、普段の仕事や就業に関する希望などについて調査を行います。日立市では645世帯が調査対象になります。

調査員が9月上旬に地域を巡回し、世帯の状況(世帯主氏名や居住の有無など)を確認した後、9月下旬から改めて調査のお願いに伺いますので、ご協力をお願いします(インターネットや郵送による回答も可能です)。

■ 問 総務課 ☎ 内線 334

■ 8月28日(日)は、かみね市民プールの一般利用が午後5時まで出来ません

日立市民水泳大会開催のため、休止します。*詳しくは、かみね市民プールのHPをご覧ください。

■ 問 かみね市民プール ☎ 23-3045

■ 多賀図書館の臨時休館は、9月5日(月)～16日(金)です

休館中の図書の返却は入口のブックポストをご利用ください。

■ 問 多賀図書館

☎ 33-2655



日立市の新鮮な情報をお届け！

ケーブルテレビJWAY行政放送番組

7月から行政放送番組が変わりました！

6:00～、11:00～、15:00～、19:00～、23:00～

1時間枠で1日5回放送中！

* 詳しい番組表は右記QRをご覧ください。



市公式YouTubeチャンネルでも公開しています！
チャンネルをCheck！



【週刊！ひたちほっとニュース】

9月の特集テーマ

■ 日立市のデジタル、すごいんです(10日(土)～)

■ 9月は認知症を知る月間(24日(土)～)

* 番組の内容やタイトルは変更になる場合があります。



【ひたちまるごと情報】生活情報などを放送

A：6:00～、11:10～、15:10～

B：19:00～、23:00～

* AとBで放送内容が変わります。

* ラジオ体操は6:20～、15:00～。新日立音頭体操は6:25～15:05～。介護予防体操は11:00～から放送中！



問合せ 広報戦略課 ☎ 内線 717



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。

国民年金Q & A

国民年金保険料を納めることが困難なときは免除申請を!

Q 国民年金に加入していますが、収入が少なくなり、保険料を納めることが難しくなりました。国民年金の免除制度は、どのような手続きをすればよいのでしょうか。

A 経済的な理由で保険料の支払いが困難な場合、前年の所得を基準として、保険料の納付が免除または猶予されます。免除や猶予などの手続きをせず、保険料を未納のままにしておくと、老齢基礎年金や障害基礎年金の受給に反映されませんので注意してください。

現在、令和2～4年度の免除申請を受け付けています。免除を希望する月から2年1か月を過ぎるとその月の免除申請ができなくなりますので、余裕をもって申請してください。

*詳しくは、問い合わせてください。
問合せ 国民健康保険課 ☎内線 206
日立年金事務所 ☎24-2194

インボイス制度説明会 (事業者向け)

時 9月12日(月) 午前10時～11時、午後1時～2時

場 日立地区産業支援センター(西成沢町) *各回事前登録制60人

申 9月7日(水)までに電話で、日立税務署 ☎21-6346へ

日立特別支援学校「体験入学」

学校についての説明会、授業参観、施設見学、在校生の保護者との懇談などを行います。

時 9月14日(水) 午前9時20分～11時50分 *当日の日程など詳しくは、申込者に後日連絡します。

場 日立特別支援学校

対 令和5年4月就学予定児の保護者

申 8月31日(水)までに電話で、学務課 ☎内線 642へ

9月の出張刃物研ぎ

とき・ところ

5日(月)・十王駅前公園隣	16日(金)・金沢交流センター
6日(火)・豊浦交流センター	20日(火)・だいはら中央公園隣
8日(木)・市営渡志団地集会所(田尻町)	22日(木)・みかのはら第1児童公園隣
9日(金)・高鈴台団地公民館	26日(月)・水木交流センター
12日(月)・べんてんいけ児童公園隣	27日(火)・みなみこうや第2児童公園隣
13日(火)・油縄子交流センター	29日(木)・久慈交流センター
15日(木)・はなやま第3児童公園隣	

*時間=午前9時～午後3時(受付は午後2時30分まで)
荒天時は、中止になる場合があります。
*料金=包丁・鎌など350円から

☎34-6018
日立市シルバー人材センター

坂下地区を運行する乗合タクシー 「みなみ号」をご利用ください

坂下地区で、JR大甕駅から坂下地区方面への移動に便利な、予約型の乗合タクシー「みなみ号」を運行しています。坂下地区周辺の病院や商業施設などへのお出かけの際に、ぜひご利用ください。

運行時間 午前8時～午後4時 *平日のみ

運賃 運行範囲内の停留所間 400円
大甕駅と運行範囲内の停留所間 600円

運行範囲 坂下地区とその周辺地域

主な停留所：大甕駅、南部支所、久慈茅根病院、カインズホームなど

*新たに元気カフェくじはま、久慈交流センター、久慈サンピア日立、川崎病院へも利用できるようになりました。

利用方法

- ①利用したい時間の1時間前までに、予約専用ダイヤル(☎070-4317-5102)へ電話
*予約状況により、すぐ利用できる場合もあります。
- ②予約した時間に乗車停留所へ乗合タクシーが到着。運賃を支払う。
- ③予約した降車停留所へ到着
*詳しくは、問い合わせてください。

問合せ ■予約について：電鉄タクシー

☎070-4317-5102

■運営について：都市政策課 ☎内線 224

無料調停相談会

時 10月8日(土) 午前10時～午後3時

場 女性センター

内 金銭関係・土地建物関係・交通事故

故などの民事紛争全般や、夫婦・親子・遺産相続などの家事紛争全般の調停手続きに関する相談

他 相談員：水戸地方・家庭裁判所日立支部、日立簡易裁判所所属の調停委員(弁護士、不動産鑑定士、司法書士、税理士、一級建築士、社会保険労務士など)

☎090-1801-6249

日立調停協会(坪和)

☎090-1801-6249

☎090-1801-6249

☎090-1801-6249

慰霊巡拝事業

対 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

内 地域・期日など：フリピン：来年2月16日(木)～23日(祝)(8日間)

申 9月7日(水)までに申請が必要になります。詳しくは、問い合わせください。

☎内線 740

☎内線 740

「子どもの人権110番」強化週間



法務局では、いじめや虐待など、子どもをめぐるさまざまな人権問題に関する相談専用電話を設置しています。期間中は、受付時間を延長し、土・日曜日に対応しています。



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

■ 8月26日(金)～9月1日(木) 午前8時30分～午後7時 *土・日曜日
は午前10時～午後5時
内 相談員 法務局職員、人権擁護委員
相談電話番号 0120-0007
110 (全国共通フリーダイヤル)
問 水戸地方事務局 人権擁護課
☎ 029-227-9919
■ 80歳以上の方に生活応援品を
お送りします

9月の敬老会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止する観点から、中止します。
これに代えて、不安な生活を送られている80歳以上の方に元気・活力を取り戻していただくため、「敬老高齢者元気応援事業」として、マスクなどのほか「生活応援品」を自宅にお送りします。
*生活応援品は、9月中旬以降にお送りする予定です。

問 高齢福祉課 ☎内線477

催し

■ オレンジカフェ「脳いきいき」
に参加してみませんか

もの忘れの進行を予防する方法や、認知症に関する正しい知識を楽しく歓談しながら習得しませんか。

■ 9月3日(土) 午前10時～正午
場 日立梅ヶ丘病院新棟1階
対 もの忘れが最近気になる方(認知症の診断をまだ受けてない方)
*定員15人程度

内 脳トレ体験、筋トレなどで、日立梅ヶ丘病院認知症疾患医療センター ☎35-2764へ

■ 市民囲碁大会(日立市芸術祭)

時 9月4日(日) 午前9時～午後5時
場 大沼交流センター
料 一般2000円、
高校生以下500円
問 日立囲碁連盟(富岡)
☎090-2910-0106

■ かみね動物園「園長ガイド」

園長と一緒に、普段は見られない動物園の裏側を見よう。園長しか知らないスペシャルなお話が聞けるかも?!
時 9月4日(日) 午前11時～正午
場 かみね動物園ゾウ展示場前集合
*定員10組(多いときは抽選)
申 8月27日(土)までに代表者氏名、参加人数、住所、電話番号をメールで、かみね動物園 メール kaminezoo@city.hitachi.jp ☎22-5586へ *参加決定可否は締め切り後にメールでお知らせします。

■ 絵本だZOO!

動物が登場する絵本の読み聞かせを行います。読み聞かせ後は絵本に出てきた動物が実際に登場します。
時 9月10日(土)・11日(日) 午前11時～11時30分
場 かみね動物園ボランティアルーム
対 未就学児 *10日 年少向け、11日 年中～年長向け *各日7組(多いときは抽選)

申 8月31日(水)までに参加者全員の氏名、年齢、電話番号、参加希望日

をメールで、かみね動物園 メール kaminezoo@city.hitachi.jp ☎22-5586へ *参加決定可否は締め切り後にメールでお知らせします。

■ ブックパーティ

時 9月10日(土) 午前10時～正午
場 南部図書館創作室
内 参加者が自分の読んだ本を紹介し合い、新しい本と出会う場です。
問 南部図書館 ☎29-1125

時 9月11日(日) 午前9時～午後4時30分

■ 市民将棋大会(日立市芸術祭)
場 日立市民会館210号室
料 Aクラス2000円、B・Cクラス1700円 子どもの部(小学生1年生～中学3年生) 1500円
問 日立将棋連盟(矢代)
☎090-5317-9787

元気カフェのイベント(9月)

とき	内容
◆すけがわ(市役所庁舎南隣) ☎050-5528-5138	
① 14日(水) 午後1時30分～	健康体操
② 15日(木) 午後2時30分	看護師による健康相談
③ 22日(水) 午前10時30分～	心にハミングを! 楽しいキーボード生演奏
④ 28日(水) 午後2時	「友遊コーナー」友達作り みんなでおしゃべり
◆あゆかわ(女性センター内) ☎050-8012-4182	
⑤ 14日(水) 午後1時30分～	高齢者の健康相談
⑥ 16日(金) 午後1時30分～2時	ゆるゆる健康体操
⑦ 21日(水) 午前10時15分～	季節の折り紙「ハッピーハロウィン」*先着6名
◆くじはま(老人福祉センター吹上荘内) ☎050-8012-4183	
⑧ 13日(火) 午前10時30分～	笑い文字を学ぶ *材料代300円
⑨ 13日(火) 午後1時～2時30分	コスモスリース作り
⑩ 毎週水曜日	移動スーパーでお買い物を身近に!
◆いこいのひろば元気カフェべんてん ☎22-5570	
⑪ 8日(水)・12日(月) 午後1時30分～	折り紙の会 材料代400円。 *先着13人
⑫ 14日(水)・22日(木) 午前10時～正午	タオル帽子づくり
⑬ 16日(金)・22日(木) 午後1時30分～3時	「話・和・輪コーナー」 みんなでおしゃべり
⑭ 25日(日) 午前10時～11時	アートの世界 材料代300円。 *小学生以下先着15人
⑮ 25日(日) 午前11時～午後2時	みんなの食堂(キッチンカー)

*⑦⑪⑮は8月26日(金)から直接か電話で、要事前申し込み

時…日時 場…場所 対…対象 内…内容 料…参加料など(料金記載のないものは無料) 申…申し込み 他…その他 問…問合せ



■吉田正音楽記念館展望カフェ
9月の演奏「ラテン・フォルクローレを一緒に！」

時 9月10日(土) 午後6時開演
内 出演＝Paso a Paso (パソアパソ) 日立市を中心に活動するアマチュアバンド。演奏曲「いつでも夢を、コンドルは飛んでいく、灰色の瞳ほか」

申 9月1日(木)の午前10時から電話で、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。

■市民ボウリング大会

時 9月11日(日) 午前10時～

場 K-1ボウル(石名坂町)

対 市内在住か通勤・通学している方
料 2500円(高校生以上。傷害保険料を含む)

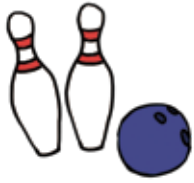
内 個人戦(4ゲーム合計点数)

*男女年齢別のハンディキャップあり。詳しくは、問い合わせてください。

申 当日午前9時30分までに会場へ

問 日立ボウリング連盟事務局(高橋)

☎34-0101



■鹿島アントラーズフレンドリータウンデイズ「日立市の日」開催!!

Jリーグ第31節FC東京戦を日立市在住・在勤・在学の方を無料でご招待します。

時 10月1日(土) 正午開場 午後3時キックオフ

場 県立カシマサッカースタジアム

対 市内在住か通勤・通学している方
*300組600人(多いときは抽選)

申 8月25日(木)の午前10時から9月12日(月)の午後11時59分までに下記QR

から申し込みを。



問 鹿島アントラーズコールセンター

☎0299-82-5555(午前10時～午後4時)

他 JリーグIDをあらかじめ取得してください。詳しくは、問い合わせてください。

講座

■ミズノ卓球教室(初級)

時 8月30日(火)、9月13日(火)・20日(火)・27日(火) 午後1時～2時30分

場 池の川さくらアリーナ

内 ラケットの持ち方や基本姿勢など

持ち物＝室内シューズ、飲み物、タオル、卓球ラケット(初回は貸出あり) *先着5人

料 月謝＝4950円 ビジター＝2200円 *一回まで500円で体験可

申 8月28日(日)の正午から電話で、池の川さくらアリーナ ☎35-0767へ

■高齢者はじめてICT(初心者タブレット)教室

とき		ところ
9月	6日(火)	大沼交流センター
	12日(月)	塙山交流センター
	27日(火)	成沢交流センター

*内容:タブレットの初歩の使い方。タブレット端末は市で用意します。
*対象:市内在住か通勤している65歳以上の方で、初めてタブレットに触れる程度の方。各日先着15人。何回でも参加可。

申 各開催日の5日前までに電話で、高齢福祉課 ☎内線290へ



■タブレットであなただの世界を広げよう

時 9月9日(金)・16日(金) 午後1時30分～3時

場 元気カフェすけがわ

対 65歳以上で両日参加できる方

内 初歩的な操作方法とインターネット検索などを体験 *先着5人(タブレット端末は貸し出しします)

申 8月26日(金)から直接か電話で、元気カフェすけがわ ☎050-5528-5138へ

■販売力を強化する3回シリーズ「動画制作活用集客セミナー」

時 9月13日(火)・20日(火)・27日(火) 午後2時～4時

場 日立商工会議所会館(幸町)

内 マーケティング・自社PRなどにかし売り上げアップにつなげます。講師＝黒木勝巳さん(マーケティング・広報・PRの専門)

料 会議所会員6000円、一般

12000円 *先着20人

申 9月2日(金)までにFAXで、日立商工会議所 販22-0120

☎22-0128へ





日立市報 電子版
最新の市報はもちろん、市報のバックナンバーや音声版などを掲載しています。



ゲートキーパー養成研修会

時 9月16日(金) 午後1時30分～3時30分

場 久慈川日立南交流センター

内 身近な人の自殺のリスクに気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守りを行う「ゲートキーパー」を養成します。講師 富田靖英さん(日立梅ヶ丘病院) *先着50人

申 8月29日(月)から9月12日(月)までに電話かFAX、メールで、障害福祉課 ☎内線356 FAX 3011 メール shogai@city-hitachi.lg.jp

郷土博物館の講座

①郷土ひたちの文化を学ぶ

「弥生文化の浸透ー運ばれた土器が語る茨城の再埋葬ー」

時 9月20日(火) 午前10時～11時30分
内 講師 阿久津 久さん(郷土ひたち文化研究会) *先着50人

②ふるさと教室 地学「町屋石蛇紋岩はカンブリア紀だった」

時 9月21日(水) 午前10時～11時30分
内 講師 田切美智雄さん(郷土博物館特別専門員) *先着50人

場 ①②とも市役所多目的ホール

料 ①②とも各100円(資料代)

申 8月29日(月)の午前9時から電話で、郷土博物館 ☎23-3231

郷土の講座

「写真でたどる日立の歴史」

写真や写真集で、明治・大正・昭和の変遷をたどり、ふるさと日立の魅力を再発見してみませんか。

時 9月27日(火) 午前10時～11時30分

場 視聴覚センター映像セミナー室

内 講師 萩原明子さん(郷土博物館学芸員) *先着20人

申 8月30日(火)の午前9時30分から直接か電話で、記念図書館 ☎24-7714



障害者権利擁護・虐待防止研修会

障害のある方の人権や虐待防止について理解を深める研修会です。

時 9月27日(火) 午前10時～正午

内 テーマ「障害受容について考える(障害児者と家族の思ひ)」講師 有賀絵理さん(茨城県地方自治研究センター) *先着50人

場 日立市役所503・504号会議室

申 8月27日(土)から9月16日(金)までに住所、氏名、電話番号、手話通訳の有無を直接か電話、FAX、メールで、障害福祉課 ☎050-5528-5075 FAX 22-3011

メール shogai@city-hitachi.lg.jp

募 集

日立市青少年育成推進会議の賛助会員

次代を担う青少年の健全育成を目指し、「大人のマナーアップ運動」や「親が変われば子どもも変わる運動」など各種事業を実施しています。事業の一部は、皆さんからの「賛助会費」によって支えられています。ご協力をよろしく願います。

料 賛助金 個人 1口1000円、法人・団体 1口5000円

申 直接か振込で、日立市青少年育成推進会議事務局(女性若者支援課内) ☎26-0315

*詳しくは、市のHPをご覧になるか、問い合わせください。



花壇づくり支援団体

花いっぱい運動に取り組み意欲のある各種団体・学校に対して、活動を継続的に進めていくための支援を行います。支援団体は、規定の応募書類などにより選考します。

申 補助額 1団体あたり5万円以内

内 9月30日(金)までに応募用紙(チャレンジいばらき県民運動のHPからダウンロードできます)を直接か郵送、



メールで、チャレンジいばらき県民運動 〒310-0011 水戸市三の丸1-5-38 メール info@challenge-ibaraki.jp ☎029-224-8120



ひたち元気アップ賞

健康づくりに取り組んでいる個人・団体を表彰します。

対主に市内で活動し、継続的に自らの健康の維持・増進のために健康づくりを実践している個人、家族または地域・学校・職場における団体(サークルなど)

内 表彰(個人または団体) 最優秀賞1人、優秀賞3人、努力賞若干名 *賞状と副賞を贈呈。

申 9月20日(火)までに所定の応募用紙(保健センター、市民課前パンフレットスタンド、各支所・交流センターにあります)を直接か郵送で、健康づくり推進課 〒317-0065 助川町1-15-15 ☎21-3300

*詳しくは、問い合わせください。





■ 9月のきら☆りんタイム

「スモールボールエクササイズ」

時 9月13日(火) 午前10時30分～11時30分

場 子どもすくすくセンター

対 子育て中のお母さん *定員6人 (多いときは抽選)。無料託児あり。

内 猫背や腰痛、ゆがみを直します。

講師＝渡邊美映さん 持ち物＝ヨガマットかバスタオル、汗拭き用タオル、飲み物

申 9月5日(月)までに直接か電話で、子どもすくすくセンター ☎ 23-5522 へ *午前9時～午後5時

■ 茨城キリスト教大学 アンネローゼの催し

① 完璧な親なんていないプログラム

時 9月26日(月)、10月3日(月)・12日(水)・17日(月)・24日(月)・31日(月) 午前10時～正午(全6回)

対 0～3歳未満児の保護者で、できるだけ全ての回に参加できる方 *定員8人(多いときは抽選)。別室保育あり。

内 子育てのこと、自分自身のこと、一緒におしゃべりしませんか。進行役＝萱場晶子さん(NPNC認定ファシリテーター)

料 3000円(全6回分)

申 9月19日(祝)までに、右記QRから申し込みを。



② プレイグループ「クローバー」

時 10月14日・21日・28日、11月11日・25日、12月2日・9日・16日・23日、1月6日・20日・27日、2月3日・10日の金曜日 午前10時～正午(全14回) *事前・事後に発達確認の個別時間あり

対 2～4歳児と保護者 *定員8組(多いときは抽選)

内 親子それぞれの活動(お子さ

ん＝一人ひとりに合わせた発達を促す集団活動・個別活動 保護者＝子どもの発達や関わり方について)

料 1回1000円(資料・おやつ・保険代を含む。)個別発達確認講座開始前後2回分4000円、テキスト代3000円

申 9月19日(祝)までに件名に「クローバー希望」と明記し、保護者の氏名(ふりがな)、住所、電話番号、メールアドレス、お子さんの氏名(ふりがな)・性別・生年月日をメールで、メール ane@icc.ac.jp へ

場 ①②とも茨城キリスト教大学 アンネローゼ(大みか町)

問 ①②とも茨城キリスト教大学 カウンセリング子育て支援センター ☎ 52-3215

■ 幼稚園・認定こども園で遊ぼう 「あそびのつどい」

園名	電話番号	2学期の実施日			
		9月	10月	11月	12月
大沼	37-3755	8日(木)	15日(土)	10日(木)	19日(月)
田尻	42-8515	7日(水)	1日(土)	8日(火)	9日(金)
櫛形	39-3221		8日(土)		8日(木)
みやた	22-3953	8日(木)	実施なし	10日(木)	実施なし
はなやま	36-2673				

*各日午前10時～11時

*みやた・はなやま認定こども園は「チビッコ集まれ」と同時開催

対 未就園児(保護者同伴)

内 買い物ごっこ、リズム遊び、人形劇やお話など 持ち物＝上靴(親子とも)

申 実施日の前日までに直接か電話で各園へ *みやた・はなやま認定こども園の申し込み期間は、実施日の3日前から前日まで。

問 子ども施設課 ☎ 内線 308

チビッコ集まれ！ 保育園・認定こども園で遊ぼう

とき 9月8日(木) 午前9時30分～11時

ところ 右記施設

対象 0歳児～就学前の乳幼児(保護者同伴) *親子とも運動できる服装で。

申し込み 9月5日(月)～7日(水)の午前9時から午後4時までに、直接か電話で、各園へ *詳しくは各園へ問い合わせを。

問合せ 子ども施設課 ☎ 内線 308

施設名	電話番号	施設名	電話番号
じゅうおう	39-2405	小木津聖徳	42-4328
かみね	22-5582	こどものいえ	43-6494
みやた	22-3953	田尻徳風	42-8218
おおもり	22-5584	滑川聖徳	22-7133
かみちよう	22-5583	せいじ園	22-0373
おおせ	35-5585	つくしんぼ	37-4278
ゆなご	33-1093	大久保幼稚園	33-2274
おおくぼ	33-0872	多賀さくら	59-3355
はなやま	36-2673	学びの森わかば園	33-8822
みずき	52-2608	森山聖徳	52-0774
くじ	52-5046	水木わかば幼稚園	52-5991
私立 いしまち	39-5250	みらい園	53-9412
豊浦さくら	33-6111	南高野	52-1327

*みやた・はなやま認定こども園は「あそびのつどい」(開催時間は午前10時～11時)と同時開催

子育て支援センターの講座

施設	とき	内容	講師	定員
みやた ☎ 22-5592	9月5日(月)	おはなし会	ボランティア 絵本の会	先着8組
おおくぼ ☎ 33-1125	9月6日(火)	子育てに関する講座 運動遊び	子育て支援課 支援センター職員	先着10組
	9月27日(火)			
はなやま ☎ 36-0526	9月7日(水)	歯ブラシと歯みがき粉の選び方と使い方	健康づくり推進課	先着5組

*申し込みは、事前に電話で、各子育て支援センターへ

問合せ 子ども施設課 ☎ 内線 308



「ひたち母子手帳アプリ」をぜひご利用ください！

機能 予防接種スケジュール自動作成、電子母子手帳機能、市のイベントやお知らせ、医療機関検索、多言語表記

インストールは
右記QRから！



iPhone Android

子育て

子育て広場であそぼう！ベビー、1、2・3歳児コース

活動期間 10月～来年2月

*各コースおおむね月2回（全8回開催）

ところ	とき	定員
①水木交流センター	水曜日	午前10時～ 11時30分 10組程度
②日高交流センター	木曜日	
③滑川交流センター	火曜日	
④大沼交流センター	火曜日	
⑤多賀図書館	木曜日	
⑥女性センター	金曜日	15組程度
⑦多賀図書館	水曜日	

- *①②おおむね0・1歳児（令和3年4月2日～令和4年4月1日生）と保護者
- ③～⑥1歳児（令和2年4月2日～令和3年4月1日生）と保護者
- ⑦2・3歳児（平成30年4月2日～令和2年4月1日生）と保護者
- *参加費＝無料（活動内容により、自己負担あり）
- *多いときは抽選（今年度初めて参加される方を優先）。

内容 各年齢の親子で楽しめるあそび、運動、リズムあそび、季節のイベント、戸外活動、情報交換、子育て相談など

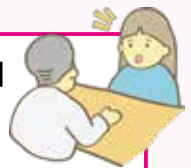
申し込み 9月19日(祝)までに右記QRか直接、電話で、
子どもセンター ☎ 36-0048 へ



子どもセンター相談日

対象 18歳未満の子どもと保護者

*申し込み不要



相談	とき
総合相談 子育てに関する相談全般 *オンライン相談も 可。詳しくは右記 QRをご覧ください。	毎日(月曜日～日曜日) 午前9時～午後5時
保健師相談日（保健センター 保健師） 発育や発達の悩みなど	9月14日(水) 午前9時30分～ 11時30分
栄養士相談日（保健センター 栄養士） 離乳食、お子さんの食事や栄養 など	9月28日(水) 午前9時30分～ 11時30分
教育相談員相談日（こども発 達相談センターの相談員） 発達の遅れの心配、落ち着き がないなど	9月6日(火)・20日(火) 午前10時～午後4時

問合せ 子どもセンター ☎ 36-0048

図書館の催し（9月）



おはなし会 絵本の読み聞かせや手遊びなどを行います。

	記念図書館		多賀図書館		十王図書館		南部図書館		
名称	ハレニコ！ おはなし会	キトちゃん おはなし会	らっこの おへや	おいっちに (0・1・2) おはなし会	ふわふわ おはなし会	テンちゃん おはなし会	びよびよ おはなしかい	おはなしの ゆりかご	くじらちゃん おはなし会
対象	おおむね 0～3歳	おおむね 3歳から	0歳から	0歳から	おおむね 3歳から	おおむね 3歳から	0歳から	0歳から	おおむね 3歳から
とき	8日(木) 午後2時～2時30分	17日(土) 午前11時～ 11時30分	21日(水) 28日(水)	22日(木) 午前11時～11時30分	24日(土) 午前11時～11時30分	10日(土) 午前10時30分～11時	22日(木) 午前11時～ 11時30分	20日(火) 午後2時～ 2時40分	25日(日)

*全て申し込みが必要です。9月1日(木)の午前9時30分から直接か電話で、各図書館に申し込みを。

ブックスタート～赤ちゃんとの出会いは4か月頃から～

対象 市内在住のお子さん（下記のいずれかに該当）と保護者

- ①2歳になる誕生日までの方
- ②平成30年4月以降に生まれた方（受け取り期限：来年3月31日）

配布内容 絵本2冊、絵本のリストなど（無料。1回限り）

「てんじつき さわるえほん」もあります。

持ち物 母子健康手帳と現住所が分かるもの（健康保険証など）

記念図書館	13日(火)・17日(土)	午前10時30分～11時30分
多賀図書館	3日(土)・29日(木)	午前10時30分～11時30分
十王図書館	15日(木)	午前10時～11時30分
南部図書館	毎週日曜日	午前10時30分～11時30分
ゆうゆう十王	8日(木)	1歳6か月児健診受診日にあたる方 (健診時間にあわせて実施)
水木交流センター	15日(木)	
保健センター	29日(木)	

*日程に都合のつかない方は、事前に各図書館へ問い合わせてください。



問合せ

記念図書館 ☎ 24-7714

多賀図書館 ☎ 33-2655

十王図書館 ☎ 20-2345

南部図書館 ☎ 29-1125

*詳しくは、右記QRをご覧ください。
問い合わせてください。



9月の市民相談

【市民相談室（市役所2階山側）】
☎ 内線 511 直通 ☎ 22-4286

相談内容	とき
一般相談（市民相談室相談員が受けます） 悩みごとや困りごとなどの相談、市の仕事に対する陳情や苦情など *土曜日は事前に電話で予約を	月～金曜日（祝日を除く） 午前9時～午後5時 土曜日（事前予約制） 午前9時～午後4時
人権相談（人権擁護委員が受けます） セクハラ、いじめ、高齢者虐待、DV問題など *午後は事前に電話で予約を	13日(火) 午前10時～午後3時
行政相談（行政相談委員が受けます） *午後は事前に電話で予約を	21日(水) 午前10時～午後3時
税務相談（税理士が受けます） *事前に電話で予約を	8日(木) 午前10時～午後3時
行政書士相談（行政書士が受けます） 相続や遺言、各種行政手続きに関する相談 *事前に電話で予約を（8月22日(月)の午前9時から受付）。オンライン(Zoom)相談可。希望者は予約時に申し込みを。	14日(水)・28日(水) 午後1時～4時
法律相談（弁護士が受けます） *市民相談室か多賀市民相談コーナーで相談希望日の前日までに話をお伺いして予約となります。電話予約は受け付けていません。	6日(火)・20日(火) 午後1時～4時 (1日7人まで。1人25分程度)
巡回暴力相談（茨城県暴力追放推進センターの相談員が受けます） *事前に電話で予約を	15日(木) 午前10時～午後4時
総合労働相談（社会保険労務士が受けます） 解雇、賃金、労働契約、年金に関することなど *事前に電話で、県社会保険労務士会（☎ 029-350-4864）へ（定員に空きがある場合は当日の対応可）	22日(木) 午後1時30分～4時30分

*日常生活の困りごとなどについて「どこに相談したらいいかわからない」ときは、市民相談室にお気軽にご相談ください。
*新型コロナウイルス感染症の影響により、中止となる場合があります。

【多賀市民相談コーナー（多賀支所内）】 ☎ 36-6221

相談内容	とき
一般相談（市民相談室相談員が受けます） *悩みごとや困りごとなどの相談	月～金曜日（祝日を除く） 午前9時～午後5時

【女性生活相談コーナー（女性センター内）】 ☎ 35-2215

相談内容	とき
女性の生活全般にわたる悩みごとや離婚問題、家庭内暴力（DV）・デートDVなどの困りごとの相談（女性生活相談員が受けます）	月～金曜日（祝日を除く） 10日(土)・24日(土) 午前10時～午後4時

【ボランティア情報相談コーナー（コミュニティ推進課内）】 ☎ 内線 488

相談内容	とき
ボランティア団体や活動に関する情報提供や相談	月～金曜日（祝日を除く） 午前8時30分～午後5時15分

【消費生活センター（日立シビックセンター6階）】 ☎ 26-0069

相談内容	とき
悪質商法などによるトラブルや消費生活知識、借金問題などの相談（消費生活相談員が受けます） *まずは電話でご相談ください。	月～土曜日（祝日を除く） 午前9時～午後5時（土曜日は午後4時まで） *毎月最終月曜日は休所

献血にご協力をお願いします

■全血献血（400mlのみ）

とき 9月10日(土) 午前10時～11時45分、午後1時～4時

ところ 日立シビックセンター新都市広場

問合せ 県赤十字血液センター献血推進課 ☎ 029-246-5574

■成分献血については、水戸献血ルーム（☎ 0120-310-399）、つくば献血ルーム（☎ 0120-298-102）をご利用ください。

健康に関する相談

相談	とき	申し込み	ところ
健康相談	平日の午前8時30分～午後5時15分	不要	保健センター
歯科相談	9月2日(金)	電話で健康づくり推進課へ	
栄養相談	9月15日(木)		

問合せ 健康づくり推進課 ☎ 21-3300

医療機関案内（24時間対応）

■日立市消防本部・消防医療情報問合せ

☎ 22-4199（よい救急）

■茨城おとな救急電話相談（# 7119）

☎ # 7119 または 050-5445-2856

■茨城子ども救急電話相談（# 8000）

☎ # 8000 または 050-5445-2856

「ひたち健康ナビ」9月の放送予定 FMひたち 82.2 MHz

放送日 毎週水曜日 午後6時33分から19分間

日	テーマ	担当医師など
7日	<再放送版> お口の汚れと誤嚥性肺炎	日立歯科医師会 渡邊恭伸さん
14日	<再放送版> 大規模災害が起きた時の医療	ひたち医療センター 石原 明さん
21日	<再放送版> 夜間頻尿	石川クリニック 石川 悟さん
28日	<再放送版> 乳がん予防と運動	おおたしろクリニック 太田代 紀子さん

*繰り返し放送は、翌週月曜日午後0時47分から。

問合せ 日立市医師会 ☎ 37-1014 FAX 36-3508

9月の休日緊急診療

【内科・小児科】

日立市休日緊急診療所（幸町1-17-1 旧イトーヨーカドー隣ピ・タッチ館2階 ☎・FAX 33-5353 *つながりにくい場合は、☎ 070-1051-6813 か ☎ 33-5733 へ）
*駐車場は、ピ・タッチ館4～7階をご利用ください（無料）。

【外科】

日	病・医院名	電話
4日	いのうえクリニック（多賀町）	33-1253
11日	日立さくらクリニック（田尻町）	43-2000
18日	日立厚生医院（鮎川町）	34-1241
19日	永井ひたちの森病院（小木津町）	44-8800
23日	内藤整形外科医院（東大沼町）	53-1833
25日	久慈茅根病院（久慈町）	52-2119

【受付時間】

各病院・医院、日立市休日緊急診療所とも午前9時～11時30分、午後1時～4時

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。

--

--	--

--	--

--

--	--



9/1 市内観光果樹園がオープンします

9月1日(木)に、市内の観光果樹園がオープンします！

市内観光果樹園では、これから旬を迎えるぶどうやりんごなどを楽しむことができます。中里のりんご・ぶどうと折笠のぶどうは、日立市地域ブランド認定品です！ぜひご賞味ください。

日立中里フルーツ街道



詳しくは、右記QR（日立中里フルーツ街道 HP）をご覧ください。



作物・時期 ■ぶどう（9～10月）
■りんご（10～12月）

ところ 下深荻町（中里交流センターの近く）
農園数 20軒（農園によりぶどう・りんご狩り可）
入園料 無料
料金 ぶどう（1,000円～/kg）
りんご（600円～/kg）
*品種により異なります。

問合せ ■里川西特産果樹生産部会
☎ 090-2735-0028（武藤部会長）
■JA常陸高萩営農経済センター
☎ 0293-23-6748

甘くて
おいしいよ！



里川西特産果樹生産部会
部会長 武藤隆之さん

折笠観光ぶどう園

作物・時期 ぶどう（9～10月）
ところ 折笠町（豊浦小学校の近く）
農園数 5軒（農園によりぶどう狩り可）
入園料 無料
料金 ぶどう（1,000円～/kg）
*品種により異なります。
問合せ ■折笠ぶどう部会
☎ 43-5437（大都部会長）
■JA常陸高萩営農経済センター
☎ 0293-23-6748



自慢の
ぶどうです！

折笠ぶどう部会
部会長 大都誠司さん



詳しくは、右記QR（折笠ぶどう部会Facebookページ）をご覧ください。

