

## お知らせ

### 司法書士による無料法律相談会

会場での面談のほか、電話やZoomによる無料相談も行います。

時 10月7日(土) 午前10時～午後3時

場 日立市民会館

内 借金などのトラブル、土地・建物、相続、成年後見、財産管理

裁判、会社などに関するご相談。  
\*面談、電話相談は予約不要。

他 当日電話相談 ☎ 0120-187-643

87-643

当日Zoomでの相談を希望する方は事前に下記QR

から申し込みを。

問 茨城司法書士会

☎ 029-225-0111



### 専門家による 空き家の無料相談会

時 10月28日(土) 午後1時30分～4時30分 \*1組30分ほど

場 市役所503・504号会議室

対 市内の空き家か、空き家になることが見込まれる住宅の所有者など

内 弁護士や司法書士、宅地建物取引士が空き家の権利関係の整理

相続、登記、売買などに関する相談を受け付けます。

申 10月6日(金)までにメールかFA

X、電話で住政策推進課 メール  
juseisaku@city.hitachi.lg.jp  
FAX 21-7750 ☎内線754

### 原子力発電施設等周辺地域企業立地支援給付金(F補助金)の申請受付が始まります

昨年10月1日以降に、市内(十王町を除く)に工場や事業所などを新築・増築し、契約電力と雇用が増加した場合、電気料金の約40%が補助されます。詳しくは、問い合わせてください。

時 受付期間 10月上旬～中旬(予定)

問 補助について 電源地域振興センター

☎ 03-6372-7307

企業の推薦 市産業立地推進課

☎内線 445

### マイナンバーカード関連の窓口業務を休止します

#### 休止期間

- ① 10月7日(土)から8日(日)まで
  - ② 11月3日(祝)から5日(日)まで
- \* 日立駅前出張所は、①②の前日午後6時から休止します。  
\* 11月3日(祝)は市民課、各支所・出張所とも休業となります。

#### 休止業務内容

マイナンバーカードに関する業務全般。詳しくは問い合わせてください。

問合せ 市民課 ☎内線 507

## 新型コロナウイルスワクチン接種情報

9月4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。



## 9月20日(水)から「令和5年秋開始接種」を開始します

対象 初回接種を終了した方のうち、最後の接種から3か月が経過した生後6か月以上の方

### 接種開始日・接種券発送日

対象年齢	接種開始日	接種券発送日
12歳以上の方	9月20日(水)	9月5日(火)から最後の接種が早い方から順番に発送しています。 *詳しくは市HP(右記QR)をご覧ください。
5～11歳のお子さん	9月26日(火)	9月8日(金)に発送しました。
生後6か月～4歳のお子さん	10月4日(水)	9月15日(金)に発送しました。

\*お手元に未使用の接種券がある方には、新たに接種券を送りませんので、その接種券をご使用ください。

\*接種券が届かない場合は、右記QRから申請するか、ワクチン接種ひたちコールセンターにお問い合わせください。

#### 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
  - 地域の会場での集団接種
- \*詳しくは市HP(右記QR)をご覧ください。



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

## 戦没者の慰霊巡拝

対 左記地域の戦没者の遺族と参加  
遺族の配偶者 \*健康状態に係  
る審査があります。

内 フイリピン 来年2月15日(木)~  
22日(木) 硫黄島 来年3月5日  
(火)~6日(水) マーシャル諸島 来  
年3月6日(水)~15日(金)

申 10月20日(金)までに申請が必要に  
なります。詳しくは、問い合わせ  
てください。

問 福祉総務課 ☎内線391

## 秋の狂犬病予防集合注射

犬の飼い主は、狂犬病の予防注  
射を年1回受けさせる必要があります。  
この機会に利用しやすい会  
場へ直接お越しください。

時 10月14日(土)・28日(土)

\*時間や会場は、市の  
HPをご覧ください。  
お問い合わせください。



料 予防注射料3550円

問 健康づくり推進課 ☎21-3300

## 日高交流センターの利用制限

工事に伴い、日高交流センター  
の一部が利用できなくなります。

時 10月中旬~来年3月下旬

内 制限場所 駐車場側出入口、駐  
車場の一部(10月中旬~)、貸室  
(来年1月中旬~) \*日高体育

館の利用に影響はありません。

問 工事について 〓コミュニティ推  
進課 ☎内線536

利用について 〓日高交流セン  
ター ☎42-4050

## 漏水発見時はご連絡ください

次のような状況を確認したとき  
は、至急ご連絡ください。

■雨が降っていないのに道路面が  
濡れている、道路面に水が流れ  
ている。

■公道上の水道設備(水道止水栓  
など)の周りに段差がある、鉄  
蓋が破損している。

問 平日 水道課 ☎内線424

夜間・休日 〓日立市指定管工事  
協同組合 ☎34-5549

## 障害者就職面接会

時 9月29日(金) 午後1時~3時30  
分 \*受付は0時30分から

場 国民宿舎鶴の岬別館カントリー  
プラザ

内 厚生労働省茨城労働局、県、日  
立市、高萩市、北茨城市、ハロー  
ワークが合同で開催します。

問 ハローワーク日立 ☎21-64  
41(31#)

## チャレンジいばらき就職フェア (後期)

大学などの来年度の卒業予定者

既卒未就職者(卒業後おおむね3  
年以内)を対象に県内企業を集め  
た面接・企業説明会を開催しま  
す。外国人留学生も参加可能で  
事前申し込みの条件など、  
詳しくは県HPをご確認ください。



問 県労働政策課 ☎029-30  
1-3645

## 赤い羽根・歳末たすけあい募 金にご協力ください

10~12月の期間中、赤い羽根・  
歳末たすけあい募金を行います。

寄せられた募金は、地域福祉活動  
や、災害被災地の復旧・復興など  
の活動に充てられますので、ご協  
力をお願いします。\*募金の方法  
など、詳しくは問い合わせしてく  
ださい。

問 日立市社会福祉協議会 ☎87-  
7222

## 歳末たすけあい募金を活用し た助成申請案内

対 ①住民税非課税で生活にお困り  
の世帯 ②地域の福祉を向上さ  
せる事業を実施する団体など

内 助成額 ①1世帯8000円  
②1団体2万円以内

申 10月2日(月)から31日(火)(必着)  
まで \*詳しくは、社協だより

(10月5日号)をご覧ください

問 日立市社会福祉協議会 ☎87-  
7222

## 10月の出張刃物研ぎ

とき・ところ	
2日(月)・セイブ十王店	19日(木)・おおせ第2児童公 園隣
3日(火)・十王駅前公園隣	20日(金)・青葉台団地集会所 (西成沢町)
5日(木)・川尻団地集会所	23日(月)・かみまご児童公園 隣(多賀町)
6日(金)・日高交流センター	24日(火)・河原子交流センター
10日(火)・田尻交流センター	26日(木)・大沼交流センター
12日(木)・田沢台団地公民館 (田尻町)	27日(金)・藤屋商店(水木町)
13日(金)・なめがわはま児童 公園隣(東滑川町)	30日(月)・なめど児童遊園隣 (久慈町)
16日(月)・宮田交流センター	
17日(火)・助川城跡公園隣	

\*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

問 日立市シルバー人材センタ  
ー ☎33-5586

## ご自宅の伸びた生垣や樹木の剪定 などをお願いします

生垣や樹木の枝、雑草などが道路へ  
張り出していると、標識などが見えに  
くなくなり、交通事故が発生するおそれ  
があります。通行の安全確保のためご  
自宅の樹木の剪定や草刈りなどの管理  
をお願いします。

\*詳しくは市HPをご覧ください

問合せ 道路管理課 ☎内線219



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

### 燃えるごみ集積所はキレイに使用してください

燃えるごみ集積所は、利用する方々が管理・清掃をしています。一部の集積所ではルールが守られず、利用する方々の掃除の負担が増えています。きれいな集積所の維持のため、一人ひとりがごみ出しのルールを守りましょう。

- \*カラスなどの被害を防ぐため、防鳥ネットや集積所用ボックスを使用してください。
- \*生ごみは十分に水切りしてください。
- \*燃えるごみ集積所は家庭から出る燃えるごみ専用です。
- \*事業所から排出されるごみは出せません。
- \*缶やビンなどが入っていると回収されません。

問合せ 清掃センター ☎ 24-5353

## 催し

### 大人になってから読む絵本展

時 9月27日(水)～10月29日(日)

場 記念図書館

内 大人になってから読む絵本展  
絵本を揃えました。

問 記念図書館 ☎ 24-7714

### ブックパーティー

時 10月15日(日) 午前10時～正午

場 多賀図書館第2研修室

内 読んだ本を互いに紹介し、新しい本と出会う交流の場です。

\*先着15人

申事前には直接か電話で、多賀図書館 ☎ 33-2655へ

### 秋の山草展

時 9月29日(金) 午後1時～5時

9月30日(土) 午前9時～午後5時

10月1日(日) 午前9時～午後3時

場 大久保交流センター

他 チャリティーバザーあります。

問 日立山草会(志田) ☎ 37-2397

### ターゲット・バードゴルフ

#### 初心者教室

時 10月4日から11月1日の水曜日(全5回) 各日午前9時30分～正午

場 河原子北浜スポーツ広場

内 公認指導員による初心者教室

申 9月28日(木)までにFAXか電話で、茨城日立ターゲット・バードゴルフ協会(清水野)

☎・FAX 39-3304へ

### 谷口たかひさお話し会in日立

時 10月7日(土) ①第一部 午前9時30分～11時30分 ②第二部 午後2時30分～4時30分

内 ①「気候変動」と「自己肯定感」のお話 ②「食」と「健康」と「環境」のお話 講師 谷口たかひささん(環境活動家)

場 多賀市民会館ホール

申事前には下記QRから申し込みを

問 YS FORWARD(庄司)

☎ 080-4056-0623

### オセロ練習会

時 10月8日(日) 午後1時～4時30分

場 中小路交流センター

内 月に一回、オセロの練習会を開催しています。初心者オセロ指導や級段戦も。持ち物 筆記用具

料 大人 400円、子ども 200円

問 オセロ練習会(安部) ☎ 080-1061-9016

### 「ひたちオレンジカフェ」に参加してみませんか!

お茶を飲みながらお話しをしたり、脳トレをしたり、参加者同士で交流します。

とき	ところ	申し込み・問合せ
10月11日(水) 13:30～15:30	中里交流センター	福祉の森聖孝園 ☎ 39-1166
10月14日(土) 13:30～15:00	大久保交流センター	鮎川さくら館 ☎ 36-7303
10月19日(木)	豊浦交流センター	サン豊浦 ☎ 33-8811

\*受付は、開始時間の30分前から  
\*対象=物忘れが心配な方やその家族など  
\*定員=各日10人程度  
\*料金=無料(内容により自己負担あり)  
\*会場とご自宅間のタクシー費用の助成を行っています。利用の要件がありますので、助成を希望する方は、問い合わせてください。

## 奥日立きららの里の催し

問合せ 奥日立きららの里 ☎ 24-2424

### ジャンボカボチャ重量当て

とき 10月1日(日)～31日(火)  
ところ 管理棟ラウンジ  
ピタリ賞は豪華景品、ニアピン賞にも景品あり!



### きららでハロウィン

とき 10月29日(日) 午前9時～午後3時

- ハロウィンウォークラリー  
園内4か所を回ってお菓子を集めよう!  
\*子ども先着100人。仮装特典あり
- スライダー1回乗車券配布  
ところ ビジターセンター \*先着30人
- ポニーにおやつをあげよう  
ところ ふれあい牧場 \*先着30人、雨天中止

### ミュールンベルギアをSNSに投稿しよう!

とき 10月1日(日)～  
ハッシュタグを3つ使ってSNSに投稿!投稿を見せてくれた方にはプレゼントがあります!





### 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。

- 申 各実施日の前日までに電話で、各申込先へ
- 閏 各地域包括支援センターか高齢福祉課 ☎内線246
- 市民フォークダンス民踊まつり
- 時 10月11日(水) 午前9時30分～午後0時30分
- 場 池の川さくらアリーナ
- 内 曲目〓オクラホマミクス、日立音頭ほか
- 持ち物〓体育館シューズ
- 申 直接会場へお越しください。
- 閏 日立市フォークダンス連合(岡本) ☎090-9104-2876
- 大屋根広場コンサート
- 吉田メロディーを継承するアーティストたち
- 時 10月14日(土) 午後1時開演
- 場 市役所大屋根広場
- 内 出演〓おかゆ、タブレット純
- 申 直接会場へお越しください。
- 閏 吉田正音楽記念館 ☎21-1125
- 昭和のジャズと歌謡曲
- 時 10月14日(土) 午後1時30分～3時
- 場 久慈川日立南交流センター
- 内 出演〓ビッグバンド練習会 曲目〓サマータイムほか
- 申 10月10日(火)までに電話で、久慈川日立南交流センター ☎52-3155へ

- チャリティーゴルフ大会
- 時 10月19日(木) 午前8時
- 場 日立ゴルフクラブ
- 内 競技方法〓新ベリア方式 \*先着104人(26組)
- 料 参加費2000円、プレー費5000円
- 申 10月12日(木)までに直接か電話で、日立ゴルフクラブ ☎21-6136へ
- 閏 十王体育振興会ゴルフ部(沼田) ☎39-2277
- 日立市陸上記録会
- 時 10月21日(土) 午前9時
- 場 市民運動公園陸上競技場
- 内 部門〓小学生、中学生、一般
- \*種目は日立市陸上競技協会HPをご覧ください。
- 料 小学生〓200円、中学生〓500円、高校生〓600円、一般〓800円
- 申 10月4日(水)までに協会HP(下記QR)から申し込みを。
- 閏 日立市陸上競技協会(中嶋) ☎090-9820-2124
- スクエアダンス体験会
- 時 10月21日(土) 午後1時～3時
- 場 多賀図書館大ホール
- 内 持ち物〓飲み物、運動靴(室内用)



## 元気カフェのイベント (10月)

とき	内容	
◆すけがわ (市役所庁舎南隣) ☎050-5528-5138		
① 11日(水) 13:30～14:30	健康体操	
② 19日(木) 10:30～14:00	看護師による健康相談	
③ 25日(水) 10:30～14:00	「友遊コーナー」脳トレやおしゃべり	
④ 31日(火) 10:00～15:30	ハッピー☆ハロウィンでお楽しみ	
◆あゆかわ (女性センター内) ☎050-8012-4182		
⑤ 11日(水) 13:30～14:30	高齢者の健康相談	
⑥ 24日(火) 10:15～11:45	楽しく脳トレ テーブルゲーム教室 *先着6人	
⑦ 27日(金) 13:30～14:00	カフェで楽しく「ゆるゆる健康体操」	
◆くじはま (老人福祉センター吹上荘内) ☎050-8012-4183		
⑧ 10日(火) 13:00～14:30	オリジナル折り紙講座「ハロウィン飾り作り」材料費200円。	
⑨ 17日(火) 10:30～11:40	種まきの新手法! 秋の種ダンゴ教室 材料費300円 *先着14人	
⑩ 毎週水曜日 11:50～12:10	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 11日(水)・26日(木) 10:00～12:00	タオル帽子づくり	
⑫ 20日(金)・26日(木) 13:30～15:00	「話・和・輪コーナー」みんなでおしゃべり	
⑬ 4日(水)	趣味の会「おりがみ」	
⑭ 18日(水)	趣味の会「あみもの」	参加費100円
⑮ 25日(水)	趣味の会「ハンドケア」	
⑯ 31日(火) 11:00～14:00	ハロウィンを楽しもう!	

\*⑥⑧⑨は要事前申し込み

- \*動きやすい服装で
- 申 10月20日(金)までに電話で、日立スクエアダンスクラブ(大澤) ☎090-2339-9088
- たかはら自然塾の催し
- ① 変わりメダカの育て方、殖やし方講習会
- 時 10月22日(日) 午前10時～正午
- 対 小学生以上 \*先着25人
- 内 講義・質疑応答 各1時間
- 料 1100円(メダカのお土産付き)
- ② もみ殻燻炭作り
- 時 10月28日(土) 午前9時30分～午後2時
- 内 ガーデニングや農業の現場で活

**シネマサンライズ 上映中作品**

「それいけ! アンパンマン ロボリィとぼかぼかプレゼント」



●9月29日～「怪物」(音楽:坂本龍一)

**問合せ シネマサンライズ ☎32-5805**

- 用できるもみ殻燻炭作り \*作業できる服装で
- 料 1300円(もみ殻燻炭6Lのお土産付き) \*先着20人
- 申 ①②とも9月28日(木)から電話で、たかはら自然塾 ☎39-5391へ



日立市報 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。



日立市 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。



## 坂本杯野球大会

時 10月29日～11月12日の日曜日

午前9時～

場 十王スポーツ広場

対 10人以上のチーム \*先着15

チーム

料 1チーム5000円(保険料含む)

申 10月14日(土)までにチーム名、連絡

先、代表者名をメールで、十王地

区体育振興会野球部(村岡) メー

ル goodman1993@yahoo.ne.jp

☎ 080-3394-6499 へ

## 日立市民サッカー大会

時 11月12日～12月3日の日曜日

場 折笠スポーツ広場ほか

料 10000円(保険料含む)

申 10月25日(水)までに申込書などを直

接、日立市民運動公園陸上競技

場か池の川さくらアリーナへ

\*詳しくは日立市スポー

ツ協会HPをご覧ください。



問 日立市サッカー協会(塚元)

☎ 090-7001-3905

### お詫びと訂正

9月5日号市報(第  
1751号)2ページの記  
事中、「ひたちのまち-  
星にまつわるパワース  
ポットめぐり-」特別番  
組の時間に誤りがありま  
した。お詫びして訂正い  
たします。  
(正) 午前10時～  
(誤) 午前11時～

## 講座

### 認知症サポーター養成講座

認知症の方とその家族の応援者  
(認知症サポーター)となつてい  
ただくための講座です。

とき	ところ	申し込み・問合せ
10月12日(木)	宿東集会所 (日高町)	地域包括支援セン ター サン豊浦 ☎ 33-8811
10月18日(水)	滑川交流 センター	地域包括支援セン ター 神峰の森 ☎ 33-5512

\*時間 = 10時～11時30分(受付は開  
始時間の30分前から)  
\*対象 = 市内在住か通勤・通学している方  
\*定員 = 15人  
\*申し込み = 各開催日の2日前までに電  
話で、担当の地域包括支援センターへ

### 国立極地研究所で気候変動に ついて学ぼう

時 10月14日(土) 午前7時～午後6

時30分 \*市役所集合・解散

場 国立極地研究所南極・北極科学

館と多摩動物公園

対 市内在住の方 \*定員20人(多

いときは抽選、親子優先)

内 気候変動が生物に及ぼす影響に

ついて学びます。

料 大人1000円、子ども500円

申 9月28日(木)までに参加者全員の

住所、氏名、年齢、電話番号を

はがきかFAX、メールで、環  
境を創る日立市民会議(環境推  
進課内) FAX 21-5016 メー  
ル kankyo@city.hitachi.lg.jp  
☎ 内線 746 へ

### 1day女性カレッジ

「また会いたい」と思われる人  
のコミュニケーション術

時 10月20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、在勤の女性 \*定員

20人(多いときは抽選。未就学

児向け無料託児あり。定員10人)

内 心理学の観点から人間関係を円

滑にするためのポイントやメカ

ニズムを学びます。講師 〓 山川

誠司さん(茨城キリスト教大学

心理福祉学科学科講師)

申 10月13日(金)までに下記

QRからか、「1day女

性カレッジ申込」と明記し、住所

氏名、年齢、電話番号、託児の有

無、希望児の年齢、性別をメール

か電話で、女性若者支援課 メー

ル josei@city.hitachi.lg.jp ☎ 26

〓 0315 へ(平日のみ)

### 郷土博物館の講座

① 郷土ひたちの文化を学ぶ

「佐竹家臣の隣国での動き」

時 10月24日(火) 午前10時～11時30分

内 講師 〓 大窪範光さん(郷土ひた

ち文化研究会長) \*先着60人

② ふるさと教室 地学

「堆積岩のできかた」

時 10月25日(水) 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 9月28日(木)の午前9時から電話で、

郷土博物館 ☎ 23-3231 へ

読み聞かせ研修講座「読む」を

「話す」に近づける表現法

時 10月24日(火) 午後2時～4時30分

場 南部図書館創作室

内 朗読、読み聞かせにおける「読み

方、表現の仕方」の基本を学び

ます。講師 〓 澤 則子さん(フ

リーアナウンサー) \*先着20人

申 9月28日(木)の午前9時30分から

電話か直接、南部図書館 ☎ 29

〓 1125 へ

宮澤孝子さん講演会「母が紡

ぐ和の薬膳」郷土料理は次世

代へ繋ぐ宝物」

時 10月29日(日) 午後2時～3時30分

場 多賀図書館4階大ホール

内 世界料理本大賞で2位を受賞し

た著者の、思い出の郷土料理や

薬膳料理についての講演。講

師 〓 宮澤孝子さん(日立市出身

薬膳料理家) \*先着50人



【他】講演会に合わせて関連料理本や、薬膳料理の写真の展示も行います。  
 申 9月28日(木)の午前9時30分から  
 電話か直接、記念図書館 ☎ 24  
 ー 7714 へ

**資格取得準備講座「ファイナンシャルプランナー3級にチャレンジ」目指そうお金のホームドクター!!!**

時 11月2日〜12月14日の木曜日(全6回) 午後6時30分〜8時30分  
 場らぼーるひたち

【内】資格を取得するための勉強法やテスト対策法を学ぶ。講師 高村浩子さん(1級ファイナンシャルプランナー技能士)  
 料 4200円(テキスト代を含む)  
 申 9月28日(木)の午前9時30分から  
 電話で、日立市らぼーる協会 ☎ 36-0554 へ \*無料託児あり。10月19日(木)までに直接申し込みを。

## 募集

介護の仕事をしてみませんか

県内の介護施設・事業所で働きながら介護の資格を無料で取得できる、茨城県介護人材確保成事業の参加者を募集します。



加者を募集します。

対象	就業中の方、介護施設で資格を持っていない方
勤務地	県内の介護施設・事業所
勤務時間	相談可能
給与(時給上限)	有資格者=1,500円 無資格者=1,200円 チャレンジシニア=1,043円

問 県福祉部福祉政策課 ☎ 029-301-3197

### 県立日立産業技術専門学院の学院生(金属加工科、機械加工科)

金属の溶接や機械による切削などの就職に役立つ技術を習得できる学院の生徒(来年4月入学)を募集します。詳しくは、学院のHPをご覧ください。  
 対 来年度高校卒業予定者・既卒者

一般入試	受付	試験日
A日程	10月5日(木)~25日(水)	11月1日(水)
B日程	11月9日(木)~29日(水)	12月6日(水)

\*試験科目=適性検査、面接選考  
 \*オープンキャンパス参加者、学院見学会参加者も募集しています。



問 県立日立産業技術専門学院 ☎ 35-6449

### 日立鞍掛山霊園合葬式墓地の使用者

10月10日(火)まで募集しています。詳しくは募集案内書(環境推進課)

各支所にあるほか下記QRからダウンロードできます(を)をご覧ください。

問 環境推進課 ☎ 内線 749



### だいすきひたち フォトコンテスト

皆さまから応募された写真でカレンダーを作成します。日立市の魅力を伝える写真を、ぜひご応募ください。

テーマ みんなに伝えたい!とっておきの日立市  
 募集期限 10月15日(日)

\*応募方法など、詳しくは、日立市観光物産協会HPをご覧ください。



問合せ 日立市観光物産協会 ☎ 24-7978

## 健康

### インフルエンザ予防接種の費用を助成します

時 10月1日(日)〜来年1月31日(水)  
 対 生後6か月以上の市民の方  
 内 助成額 1000円〜3000円

\*詳しくは、健康カレンダーか市HPをご覧ください。



申 市内の協力医療機関に直接予約の上、保険証を持参して接種を進めてください。

\*生活保護を受けている方、65歳以上で市外の医療機関を希望する方は、12月15日(金)までに健康づくり推進課にご連絡ください。

問 健康づくり推進課 ☎ 21-3300 FAX 27-2112

### 肝臓病教室

時 10月6日(金) 午後1時30分〜3時30分

場 日立総合病院1号棟5階AB会議室  
 内 日立総合病院医師などによる、生活習慣や肝臓についての6つの講座 \*先着20人



申 10月2日(月)までに下記QRから、「肝臓病教室参加希望」と件名に明記の上、住所、氏名をメールで、日立総合病院肝疾患相談支援センター メール kanshikan@hitachi.com ☎ 23-354 へ

### 自強術でからだを整え若返りましょう

時 10月19日(木) 午前10時〜正午  
 場 池の川さくらアリーナ  
 内 からだ全体を整えるための体操やDVD鑑賞 持ち物 バスタオル \*動きやすい服装で

問 自強術茨城支部設立20周年記念大会実行委員会(舟生) ☎ 90-9204-0396

## 10月のきら☆りんタイム 「ハロウィンワークショップ」

時 10月13日(金) 午前10時30分～正午

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 クラフトテープで、ジャック・オー・ランタンのミニかごを制作します。講師=平山亜貴世さん(craft 雑貨いちむ)

料 400円(材料費)

申 10月4日(水)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)



## 南部子どもの広場「お菓子作りにチャレンジ」

時 10月16日(月) 午前10時～正午

場 水木交流センター

対 乳幼児の保護者 \*先着8人(無料託児あり)

内 講師=中里美佳さん(パティシエ) 持ち物=エプロン、三角巾、ふきん2枚

料 200円(材料費)

申 9月27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



## 風の子親子ふれあい体操教室

時 10月17日(火) 午前10時～11時30分

場 東金沢体育館(大沼交流センター)

対 2～4歳児と家族 \*先着10組

内 親子でリズム体操やゲームを楽しみます。講師=富田千恵子さん(市民教授) 持ち物=体育館シューズ(親子とも)、飲み物、タオル \*動きやすい服装で

料 300円(親子で)

申 10月3日(火)までに電話で、大沼交流センター ☎ 35-8329 へ

## 茨城キリスト教大学「前向き子育てプログラムトリプルP」

時 10月16日～12月4日の月曜日(全8回) 午前10時～正午  
\*11月13日(月)・20日(月)は自宅での実践日になります(講師の電話サポートあり)。

場 茨城キリスト教大学アンネローゼ

対 1歳から小学校低学年のお子さんの保護者 \*定員10人(多いときは抽選。別室保育あり)

内 よい親子関係を築く方法について、認定ファシリテーターとともに考えます。進行役=菅野ひろみさん(トリプルP認定ファシリテーター)

料 7,000円(全8回分の受講料、テキスト代を含む)

申 10月9日(祝)までにQRから申し込みを。



問 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



## 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

問合せ 子どもセンター ☎ 36-0048

### 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(日曜日～土曜日)  
午前9時～午後5時

### 保健師相談

発育や発達などの悩みに市の保健師が応じます。

10月11日(水)  
午前9時30分～11時30分

### 栄養士相談

離乳食、お子さんの食事や栄養などの悩みに市の栄養士が応じます。

10月25日(水)  
午前9時30分～11時30分

### 教育相談員相談

発達の遅れの心配、落ち着きがないなどの悩みに相談員が応じます。

10月3日(火)・17日(火)  
午前10時～午後4時

## 図書館がすすめる読み聞かせの本展

図書館司書がこれまでの経験をもとに選んだ幼児・小学生向けの読み聞かせに向く絵本を展示・貸出しします。絵本を紹介する小冊子も配布します。

時①記念図書館＝9月27日(水)～10月29日(日)

②多賀図書館＝10月6日(金)～26日(木)

場①記念図書館展示コーナー

②多賀図書館1階ギャラリー

対幼児から一般

問①記念図書館 ☎ 24-7714

②多賀図書館 ☎ 33-2655



## 産前産後期間の国民年金保険料が免除されます

届出により、産前産後期間中の国民年金保険料の支払いが免除されます。免除期間中は保険料を納付したものとして老齢年金の受給額に反映されますので、対象の方は、忘れずに手続きをしましょう。

**免除期間** 出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間  
\*多胎妊娠の場合、期間が異なります。

**対象** 国民年金第1号被保険者(20～60歳の自営業者・農林漁業者とその家族、学生、無職の方など)である方

**届出時期** 出産予定日の6か月前から(出産後の届出は無期限)

**届出方法** 直接、国民健康保険課か、各支所・出張所へ

\*出産前に届出する場合は、母子健康手帳など出産予定日が分かるものが必要です。

\*母子が別世帯の場合は、出産日と親子関係が分かるものが必要です。

**問合せ** 国民健康保険課 ☎ 内線 726  
日立年金事務所 ☎ 24-2194



## 図書館の催し (10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		
<b>名称</b>	らっこのおへや	ハレニコ! おはなし会	キトちゃんおはなし会	おいっちに(0・1・2)おはなし会	ふわふわおはなし会	ぴよぴよおはなしかい	テンちゃんおはなし会	おはなしのゆりかご	くじらちゃんおはなし会
<b>対象</b>	0歳から	おおむね0～3歳	おおむね3歳から	0歳から	おおむね3歳から	0歳から	おおむね3歳から	0歳から	おおむね3歳から
<b>とき</b>	18日(水) 25日(水)	12日(木)	21日(土)	12日(木) 20日(金)	28日(土)	26日(木)	14日(土)	17日(火)	22日(日)
	11:00～11:30	14:00～14:30	10:30～11:00	11:00～11:30		10:30～11:00		11:00～11:30	14:00～14:40

\*全て申し込みが必要です。10月1日(日)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** ～赤ちゃん絵本との出会いは4か月頃から～

**対象** 市内在住の2歳になる誕生日までのお子さんと保護者

**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)

①記念図書館	10日(火)・28日(土)	午前10時30分～11時30分
②多賀図書館	14日(土)・27日(金)	午前10時30分～11時30分
③十王図書館	19日(木)	午前10時30分～11時30分
④南部図書館	毎週日曜日	午前10時30分～11時30分
⑤保健センター	26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)
⑥水木交流センター	19日(木)	

\*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。

\*③は10月から開始時間が変わりました。

\*①～④、⑥はお渡し時に読み聞かせを行っています。



### 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、上記QRをご覧ください。問い合わせてください。

\*ブックスタートの⑤保健センターについては多賀図書館に、⑥水木交流センターについては南部図書館に問い合わせてください。