

お知らせ

介護や介護保険のこと なんでも相談

介護に関する悩みや不安、介護保険制度全般について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。

時 5月22日(月) 午前10時～午後3時
場 ヒタチエ別館3階

問 日立市社会福祉協議会
☎ 87-7222

高齢者・障害者の方のお悩みを ご相談ください

成年後見制度に基づく見守り、任意後見、法定後見の支援実績を踏まえ、社会福祉士などが相談に応じます。法的な手続きについてもご相談ください。

時 6月24日(土)、7月22日(土)、8月19日(土) 午前10時～正午

場 日立市市民会館2階会議室
申 各相談会前日までに電話で、市民後見人の会ひたち ☎ 51-1031へ

シルバー人材センターの 入会希望者説明会

時 5月25日(木) 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 参加者には資料を送付します。

市税・国保料などの 休日納付相談(5月)

時 5月28日(日) 午前9時～正午、午後1時～4時

場 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
料 国民健康保険課

問 納税課 ☎ 内線 254
国民健康保険課 ☎ 内線 207

今月の納期

納期限は 5月31日(水)です

◆軽自動車税(全期分)

問合せ 納税課 ☎ 内線 253

小規模の埋め立てなどを行う 場合は届け出を

県条例の改正により、小規模の埋め立てなどを行う場合は、開始する3日前までに県に届け出が必要となります。届け出をしないと罰則が科されますので、ご注意ください。

時 適用 6月1日(木) *埋め立てなどを行う期間が6月1日をまたぐ場合も届け出が必要です。

対 5000㎡未満の土地の埋め立てなど *届け出が必要ない場合もあります。詳しくは県HPをご覧ください。
を ご覧になるか、問い合わせ ☎ 029-301-3033
☎ 029-301-3033
問 県廃棄物規制課 不法投棄対策室



5月12日(金)はあなたの身近な 相談相手「民生委員・児童委員の日」です

◆民生委員・児童委員って？

さまざまな問題でお困りの方の相談に応じ、地域住民と行政とのパイプ役を務め、問題解決の手助けをしています。市では355人の民生委

員・児童委員が各地域で活動しています。

◆こんな相談をお受けしています

「障害や高齢の一人暮らしで生活に不安がある」「病气やけがで生活に困っている」「福祉サービスの制度や窓口が分からない」「子育てに悩んでいる」「近所で虐待・DVらしい様子を目撃した」など *相談をする場合、その地区を担当する委員におつなぎします。社会福祉課が最寄りの各支所に問い合わせてください。

問 社会福祉課 ☎ 内線 391



高齢者のスマホ・タブレット などの利用をサポートします！

初心者タブレット教室

初めてタブレットに触れる程度の方向けの講座です。タブレットは市で用意します。

とき		ところ
6月	① 6日(火) 午前9時30分～正午	市役所多目的ホール
	② 20日(火) 午前	大みか交流センター

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

相談コーナー

端末の操作方法など、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
6月	① 5日(月) 午前10時～正午	老人福祉センターはまぎく荘(田尻町) 元気カフェくじはま(吹上荘)
	② 19日(月) 午後1時～3時	
7月	③ 3日(月) 午前10時～正午	いこいのひろば元気カフェべんてん 元気カフェくじはま
	④ 10日(月) 午後1時～3時	

*要事前申し込み(各日先着10人程度)

申し込み 5月12日(金)から予約専用ダイヤル ☎ 33-5355へ *火～金曜日(祝日を除く) 午前9時30分～午後3時30分

■対象 市内在住の65歳以上の方
■問合せ 高齢福祉課 ☎ 内線 290



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。



- 皆さまから善意で寄せられた募金状況(3月末現在)をお知らせします。
- ①ウクライナ人道危機救援金 募金額 3,694,130円
 - ②トルコ・シリア地震救援金 募金額 576,474円
 - ③他 ①は来年3月31日(日)まで、②は5月31日(水)まで受け付けています。引き続きご支援をお願いします。
- ☎ 社会福祉課 ☎ 内線 786

- 5月は日本赤十字会員の増強月間です
- 日本赤十字社は、災害時の被災者救護や新型コロナウイルスなどの感染症拡大防止への対応、防災の普及啓発やボランティアの育成などを行っています。
- 皆さまから寄せられる活動資金(寄附)を唯一の財源として支えられている団体です。活動を継続していくため、ご協力をお願いします。
- ☎ 社会福祉課 ☎ 内線 786

ウクライナ人道危機救援金とトルコ・シリア地震救援金の募金状況

国民健康保険・後期高齢者医療保険 人間ドック・脳ドック

■ 8月に受診予定の方

申請期限は、5月31日(水)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。

■ 6月に受診予定で申請済みの方

5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



春の全国交通安全運動

～かぶろう 命のおまもり ヘルメット～

運動期間 5月11日(木)～20日(土)

- ◎横断歩道や通学路は歩行者優先です。安全運転を徹底し、「思いやり・譲り合い」の気持ちでゆとりのある運転をしましょう。
- ◎横断歩道の手前ではいつでも停止できる速度に減速して走行し、歩行者がいる場合は一時停止で歩行者の安全を守りましょう。
- ◎ヘッドライトの早めの点灯、夜間ライトのこまめな上下切り替えで歩行者の発見に努めましょう。
- ◎自転車乗車時はヘルメットを着用し、頭部を保護しましょう。大切な命を守るため交通ルールを遵守した安全運転を心がけましょう。

問合せ 交通防犯課 ☎ 内線 515

かみね動物園からのお知らせ

🐾 並ばずに入ろう！かみね動物園！！

週末や行楽シーズンは大変混雑が予測されます。チケット購入のために並ぶことなく、お得で便利な「前売りオンラインチケット」をご利用ください。

お得な前売りチケット(来園日の前日まで購入可能)

■大人(高校生～64歳) 520 → 470円！

■小人(4歳～中学生) 100 → 90円！

*0～3歳、65歳以上の方は入園料無料

*来園予定日の午後3時までキャンセル可能



購入はこちら

🐾 動物園パンフレット広告掲出希望者募集

名称	日立市かみね動物園パンフレット
規格	A4三つ折り
発行部数	30,000部(7月発行予定、約半年分)
配布範囲	主に動物園入口で配布
大きさ	縦48mm×横87mm
枠数	2枠 *先着順
色数	4色刷りフルカラー
広告掲載料	42,000円/枠(税抜き)



申し込み 5月13日(土)から31日(水)までに電話かメールで問い合わせてください。

🐾 チンパンジーの森をつくろう

樹木や苗木を持ち寄って、チンパンジーたちが暮らしている運動場に植えてみませんか？1か月後に運動場がどのように変化したかの観察会も行います。

とき 5月27日(土) 午前10時～11時30分

ところ かみね動物園チンパンジーの森 運動場

*定員7組(1組4人まで。多いときは抽選)

料金 無料 *記念品あり。

申し込み 5月14日(日)までに件名に「チンパンジーの森づくり参加希望」と明記し、氏名、年齢、電話番号、持参できる樹木の種類と高さをメールかはがきで、かみね動物園 メール kaminezoo@city.hitachi.lg.jp 〒317-0055 宮田町5-2-22 ☎ 22-5586へ

*参加の可否は5月17日(水)までに、**当選者のみに**連絡します。

その他 動物園では、樹木や苗木の寄付も受け付けています。詳しくは問い合わせてください。



問合せ かみね動物園 ☎ 22-5586 FAX 22-5596 メール kaminezoo@city.hitachi.lg.jp



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

■善意のご芳志（敬称略）

次の方からご芳志をいただきました。
ありがとうございます。

【福祉関係】求美の会

催し

■国語の教科書に出てくる本展

市内の小・中・義務教育学校で使
われている「国語の教科書」に出
てくる本の展示と貸し出しを行います。

時 5月17日(水)～6月11日(日)

場 記念図書館展示コーナー

問 記念図書館 ☎24-7714

■「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をしたり、
脳トレをしたり、参加者同士で交流
します。

時 5月19日(金) 午後1時30分～3時

場 田尻交流センター

対 地域の方、物忘れが心配な方やそ
の家族など *定員10人程度

料 無料（内容によっては実費自己
負担）

申 5月18日(木)までに電話で、地域包
括支援センターサン豊浦 ☎33-

8811へ

他 タクシーを利用して参加する際、

費用を市が負担する制度がありま
す。詳しくは、問い合わせしてくだ
さい。

問 高齢福祉課 ☎内線227

■元気ひたちゴルフ大会

「いつでも夢を杯」

時 5月21日(日) 午前7時44分～

場 日立ゴルフクラブ(滑川町)

対 市内在住か通勤している方

*先着144人

内 競技方法Ⅱハーフコンペ(新ペリ
ア方式)

料 2000円 *プレー費8000

円(食事代含む)は別途。

申 5月13日(土)(必着)までに申込
用紙(市内ゴルフ練習場、日立ゴ

ルフクラブ、日立市スポーツ協会
にあります)を直接かFAX、電

話で、日立ゴルフクラブ FAX24-

1233 ☎21-6136へ

■吉田正音楽記念館展望カフ
エ

5月の演奏は万丈童子が日本
語で歌うカントリー&ブル
グラス

時 5月27日(土) 午後6時開演

内 出演Ⅱ万丈童子(バンジューを中
心とするシルバー世代バンド)

演奏曲Ⅱユアマイサンシャイン、テ

ネシーワルツ、いつでも夢をほか

申 5月15日(月)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。

■ドライブスルーマルシェ

時 5月27日(土) 午前8時～9時

*毎月第4土曜日開催

場 市役所駐車場

内 地域の若手農家グループ「リアグ
リ」がこだわって育てた新鮮な旬
の野菜をお得な詰め合わせセット
で販売します。

料 1セット2000円(野菜8～9
種類) *先着30セット

申 5月17日(水)の午前9時から氏名、
電話番号、希望数量を電話で樫

村ふぁーむ(樫村) ☎070-

8439-1607へ

他 ドライブスルーマルシェのご案内
やイベント出店予定など
をお知らせしている、リ
アグリLINEアカウン
トをぜひご登録ください。



第1回ひたち映画祭

5月28日(日) 午前9時開場

「希望」をテーマに全国
から応募のあった短編映画
を上映します。本映画祭の
審査委員長である錦織良成
監督の作品「たたら侍」も
特別上映。入場料無料なの
で、ぜひお越しください。
*詳しくは、左記QRから
か問い合わせください。
問合せ シネマサンライズ
☎32-5805



第1回
ひたち
映画祭

HITACHI SHORT FILM FESTIVAL

2023.5.28(日) 10:00～ 会場/シネマサンライズ

入場
無料



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。



■ターゲット・バードゴルフ交流大会

時 5月27日(土) 午前9時集合

*雨天時は5月28日(日)に順延

場 河原子北浜スポーツ広場

対 市内在住か通勤・通学している方

料 500円 *用具の無料貸し出し

あり(2日前までに連絡を)

申 大会当日の朝までに直接か電話

で、日立市ターゲットバードゴ

ルフ連盟(古田土) ☎090-

8746-7456へ

■日立市芸術祭

【日立茶道連盟茶会】

時 5月28日(日) 午前9時30分〜午後

4時

場 日立シビックセンター5階料理室

料 2500円

申 5月27日(土)までに電話で、日立茶

道連盟(茅根) ☎33-3250へ

【初夏のいけばな展】

時 5月27日(土)・28日(日) 午前10時〜

午後5時(28日は午後4時まで)

場 日立シビックセンターギャラリ

間 日立華道連合会(竹内) ☎52-

0348

【市民短歌大会】

時 7月9日(日) 午前10時〜午後3時

場 多賀市民会館小ホール

内 講師 中根 誠さん(茨城新聞歌

壇選者)

料 1500円(昼食代を含む)

申 参加申し込み 6月12日(月)(必

着)までに未発表作品1首と住所、

氏名、電話番号をはがきで、日立

短歌連盟(石井正子 〒317-

0064 神峰町4-16-3) ☎

22-5346へ

■映画で街を元気に『荒野に希

望の灯をともし』日立上映会

医師・中村哲の生き様を追うド

キュメンタリー映画の上映&野内敏

子のオカリナミニコンサートを行

います。

時 6月4日(日) 午前10時、午後2時

場 多賀市民会館大ホール

料 前売り1100円(会員1000

円)、当日1300円。チケット

は日立・多賀市民会館、日立シビッ

クセンター、ゆうゆう十王・Jホ

ルで販売。

問 「荒野に希望の灯をともし」日立

上映実行委員会(青田)

☎090-1209-1776

■ミュージカル『いつだって青空』

日立公演

日本女子体育の母「井之口あかり」

さんをモデルにして、スポーツの楽

しさと夢を伝えたブルマー先生の奮

闘記。

時 6月10日(土) 午後2時30分〜4時

場 ゆうゆう十王・Jホール

料 前売り 一般4000円、高校生

以下2000円

当日 一般4500円、高校生以

下2500円

チケットは日立・多賀市民会館、

日立シビックセンター、ゆうゆう

十王・Jホールで販売。 *6歳

未満は入場できません(託児所は

なし)

問 日立わらび座をみる会(伊藤)

☎090-7416-8311

■百年塾・日立のまち案内人に

よる「戦災犠牲者をしのび、

戦災遺跡を巡る」

時 6月10日(土) 午前9時〜11時

*小雨決行、荒天中止

場 日立駅中央口「平和の鐘」前集合

内 コース 平和の鐘・ピースマ

カー 日立製作所日立事業所前

(1トン爆弾攻撃体験談) 相賀

町萬霊塔 旭町防空壕跡 日立駅

海岸口解散(徒歩3km)

持ち物 飲み物(歩きやすい靴・

服装で) *定員20人(多いときは

抽選)

申 5月26日(金)までに住所、氏名、電

話番号をメールか電話で、百年塾

サロン ik100j@net1.jway.ne.jp

☎23-9165へ(平日のみ)

■ユニースポーツ大会

①ユニカール大会

内 3人1組のチーム戦。予選はブ

ロックごとリーグ戦方式、決勝は

トーナメント戦。持ち物 上靴、

飲み物、昼食 *先着32チーム

②スポーツ吹き矢大会

内 1ラウンド5本の矢を吹き、4ラ

ウンド行方。持ち物 協会公認

用具、上靴、飲み物 *先着50人

時 6月25日(日) ①午前9時〜午後3

時 ②午前9時〜午後1時

*両大会とも午前8時30分から受付

場 ①②とも久慈サンピア日立スポ

ーツセンター体育館

料 ①②とも1人500円(クラブ会

員300円)

申 ①②とも5月12日(金)から31日(水)

までに住所、氏名、年齢、性別、

電話番号を直接かメール、電話

で、ひたちみなみスポーツクラ

ブ事務局 メール hitachi373.sc@

gmail.com ☎090-4439

-1195へ(平日午前9時〜午

後5時)

他 ②では小学生向け体験会を同時開

催。参加費 1

人300円(ク

ラブ会員200

円) *先着10人



■ 十王杯野球大会

時 6月11日・18日・25日の日曜日
各日午前9時～

場 十王スポーツ広場

対 10人以上で構成されるチーム

内 *先着15チーム

トーナメント戦 *優勝チームには賞品あり

料 1チーム5000円(傷害保険料含む) *代表者会議時に納入

申 5月27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 メール goodman1993@yahoo.ne.jp

*代表者会議を5月28日(日)に十王交流センターで行います。

問 十王地区体育振興会野球部(村岡) 080-3394-6499

■ 友好都市山辺町交流 市民バスツアー

時 6月17日(土) 午前8時～午後8時

(日立市役所集合・解散)

場 山形県山辺町

対 市内在住か通勤、通学している方

内 *定員40人(多いときは抽選)

買いくらんぼ狩り、山辺町散策、お買い物など

料 1人5000円

申 5月29日(月)までに下記QR

から申し込みを。



他 1回につき2人分まで申し込めま

す。結果は申込みいただいた全員に6月上旬までにメールでお知らせします (kokubun@city.hitachi.ac.jp)を受信できるように設定してください。

問 文化・国際課 ☎内線534

講座

■ ひたちを知ろう!

地域デビュー講座2023

日立は「広い、楽しい、美しい」海と山と人のまち。日立をよく知らない、もつと知りたい方はご参加ください。

とき	内容
① 5月20日(土) 午後1時～4時	「大煙突とさくら」ウォーキング
② 6月3日(土) 午前10時～午後3時	「ジオサイトを歩く」ウォーキング
③ 6月18日(日) 午後1時30分～4時	シニアと若者の活動を知る
④ 7月2日(日) 午後1時30分～3時30分	コミュニティ活動のいま

申 5月12日(金)までに住所、氏名、電話番号をメールかFAX、電話で、

百年塾サロン メール net1.jway.ne.jp

23-9165 (平日のみ)

23-9165 (平日のみ)

■ ターゲット・バードゴルフ 初心者教室

公認指導員による高齢者の健康促進を目的としたターゲットバード・ゴルフの初心者教室です。*運動しやすい服装で。用具の貸し出しあり。

時 5月17日～6月14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

申 5月16日(火)までにFAXか電話で、日立ターゲット・バードゴルフ連

盟(岡山) 080-5654-1944 (午後5時以降)

080-5654-1944

■ ハートねつと日立市民の会 講演会

時 5月26日(金) 午前10時30分～午後0時30分

場 日立保健所2階大会議室

内 テーマ「私のリカバリーストリー」心の病と共に生き成長する

講師 多田公樹さん(ほつとピア職員) *先着80人

申 5月19日(金)までに電話かFAXで、ハートねつと日立市民の会

☎ FAX 38-2555 (月～土曜日、午前10時～午後3時)



■ 百年塾市民教授による 生き生きワクワク講座

自分史の作り方を知り、書いてみましょう。

時 6月3日(土)・10日(土) 午後1時30分～3時30分

場 楽しい自分史づくり

時 6月8日(木) 午前10時～午後2時

場 ケーキみたい酵母パン

時 6月14日(水) 午後1時～3時

場 テーブル茶道体験

講師 久保さん

講師 山中秀子さん

講師 赤津順子さん

料 ①400円(2回分) ②1400円 ③1000円

申 ①②は5月24日(水)までに、③は5月31日(水)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 net1.jway.ne.jp

23-9165 (平日のみ)



おはなし・読み聞かせ
ボランティア初級者研修会

時 6月3日(土)・10日(土)・17日(土) (全
3回) 各日午前10時〜正午

場 多賀図書館

対 学校や地域でおはなしや読み聞かせを
始めたい方、始めたばかりの方
*先着15人 (全回参加できる方)
内 本の選び方や技術の習得、心構えな
ど、読み聞かせの基礎を学びます。

講師 柴田和子さん (元図書館職
員) 持ち物 各回違う絵本1冊

申 5月13日(土)の午前10時から電話で、
多賀図書館 ☎33-2655へ

募 集

日立市スポーツ協会パート職員
(会瀬スポーツ広場オープン
グスタッフ)

勤務場所	会瀬スポーツ広場
勤務時間	午前5時45分〜 午後9時15分 *シフト制 月15日程度
勤務内容	施設運営、維持 管理業務など
給与	時給911円
対象	68歳未満の方 *募集人数若干名

申 5月19日(金)までに市販の履歴書を
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

*詳しくは、下記QRをご
覧になるか、問い合わせ
てください。



「エコフェス2023」の
出展者・出演者

時 開催日 7月22日(土)

場 日立シビックセンター新都市広場

内 出展者 団体・学校などの環境活
動の紹介、企業の環境に関する活
動報告、製品の展示紹介など
アトラクションの出演者 演奏者
ダンサーなど *多いときは抽選

申 申込期限 5月19日(金) *申し込
み方法など、詳しくは下
記QRからか電話で問い
合わせてください。



内 エコフェスひたち2023実行委
員会 (環境都市推進課内) ☎内線
746

花いっぱいコンクール参加団体

時 募集期間 5月1日(月)〜7月7日(金)
対 子ども会・老人会・町内会・小中
学校・幼稚園・保育園など、花壇
づくりを行っている団体

申 7月7日(金)までに参加申込書(都
市整備課にあるほか、市HPからダ
ウンロードできます)を直接か郵
送、FAX、メールで都市整備課
☎21-7750 メール toshisei
bi@city.hitachi.lg.jp ☎内線30
4へ

他 5月27日(土)の午前9時から正午ま
で、日立市役所大屋根広場で参加
団体を対象に花苗を配布します。
*数に限りがあります

健 康

乳がん・子宮頸がん同日検診
(集団検診)

時 8月31日(木)、9月7日(木)・12日(火)
10月16日(月)・31日(火)、11月9日(木)
12月5日(火)・26日(火)、来年1月9
日(火)・30日(火) 午後1時〜1時30
分、2時〜2時30分

場 日立メディカルセンター

対 令和6年3月31日の時点で30歳か
ら59歳までの女性(各日32人)

*今年度、すでに乳がん・子宮頸
がん検診を受診された方は対象外
申 5月24日(水)の午前9時から26日(金)
までに、希望する受付時間と託児
利用の有無を電話で、健康づくり
推進課 ☎21-3300 FAX 27-
2112へ

歯科医師による歯科相談会

時 6月4日(日) 午前9時30分〜正午

場 保健センター

内 むし歯や歯周病のほか、口臭、ホ
ワイトニングなどの相談に応じま
す。矯正は専門相談歯科医が対応

します。*先着70人。完全予約制
1人20分程度。
申 5月1日(月)から下記QRか
らか電話で、日立歯科医
師会 ☎35-7400へ



歯周疾患検診(成人歯科検診)

歯周病は、痛みなどの自覚症状が
ないままに進み、放っておくと歯が
抜けてしまう病気です。40・50・60・
70歳の方を対象に検診を実施してい
ます。対象年齢以外の方は、歯科医
院での自己受診をおすすめします。

対象	市内在住の40歳(昭和58年4月1日〜59年3月31日生まれ)、50歳(昭和48年4月1日〜49年3月31日生まれ)、60歳(昭和38年4月1日〜39年3月31日生まれ)、70歳(昭和28年4月1日〜29年3月31日生まれ)の方
実施期間	来年2月29日(木)まで
検診内容	■現在歯・喪失歯・歯周疾患の状況 ■むし歯・歯石の有無 ■口腔清掃状態 ■顎関節・口の粘膜の状態 *歯みがき指導が受けられます。
検診料	500円(生活保護受給者、市県民税非課税世帯の方は無料。事前に健康づくり推進課に申請を)

*実施医療機関=市内の歯周疾患検診実施医療機関

申 来年1月31日(水)までに電話で、健
康づくり推進課 ☎21-3300
FAX 27-2112へ





■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。ママのための就労・起業相談も同日開催中。詳しくは micakel のInstagram (右記QR) をご覧ください。



時 5月20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)

■十王子どもの広場「楽しくヨーガ」

時 5月22日(月) 午前10時～正午
場 十王交流センター

対 乳幼児の保護者 *先着8人 (無料託児あり先着5人)

内 講師＝額賀三重子さん (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 5月15日(月)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

■ベビーマッサージでスキンシップ

親子のスキンシップ時間を楽しみませんか。

時 5月24日(水) 午前10時30分～11時30分

場 子どもすくすくセンター

対 生後3～11か月の乳児とお母さん (講座当日の前後2日以内は予防接種を避けること)

*定員8人程度、多いときは抽選。対象外のお子さんの無料託児あり。

内 講師＝柳田知子さん (マッサージセラピスト)

料 400円

申 5月18日(木)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「離乳食のすすめかたについて」

時 5月25日(木) 午前10時30分～正午

場 南部図書館

対 離乳食を始めた乳幼児と保護者 *先着8組 (託児はありません)

内 離乳食の進め方のポイント、相談など。講師＝市栄養士

申 5月16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

■子育てママ楽集会参加者募集

親子リトミックやママのストレッチ、遠足、鑑賞会など季節の行事を楽しみませんか。

時 6月13日から来年3月26日までの毎月第2・4火曜日 (全18回。8月は休み) 午前10時～11時30分

場 塙山交流センター (駐車場有)

対 未就園児 (0～3歳児) と保護者 *先着20組

料 5,000円 (保険料込み)

申 5月15日(月)から直接か電話で、塙山交流センター ☎ 34-5431 へ (午前9時～午後5時)

サクリエでもこちゃんとあそぼう！

科学館では実験ショー。プラネタリウムではダイナミックな絵本の読み聞かせや星空を楽しめます。

とき ①6月5日(月)・②19日(月)
午前10時～11時30分

ところ 日立シビックセンター
科学館サクリエ

対象 未就学児と保護者 *各日35組程度 (多いときは抽選)

申し込み 5月25日(木)までに右記QRからか直接、電話で、子どもセンター ☎ 36-0048 へ





子育て

お子さんの健康を守るため

計画的に予防接種を受け、感染症を予防しましょう

感染症への感染や重症化を防ぐため予防接種を受けましょう。

定期予防接種

次の予防接種（定期予防接種）は、接種期限内であれば無料で受けることができます。

- ロタウイルス ■ BCG ■ 4種混合 ■ B型肝炎
- ヒブ ■ 小児用肺炎球菌 ■ 水痘 ■ 麻しん
- 風しん混合（1期、2期） ■ 日本脳炎（1期、2期）
- 2種混合 ■ 子宮頸がん予防ワクチン

おたふくかぜの予防接種

おたふくかぜは任意の予防接種ですが、費用が一部助成されます。詳しくは問い合わせてください。

接種期限

予防接種は、接種期限内に接種することで効果が高まります。健康カレンダーや母子健康手帳に定期予防接種の接種期限が記載されていますので、接種を忘れていないものがないか確認しましょう。

接種の予約

市 HP や説明書に記載のある予防接種実施協力医療機関に直接予約してください。

* 市外の協力医療機関でも受けられます。希望される方は事前に問い合わせてください。



接種日が近づくと
プッシュ通知でお知らせ！
予防接種の
スケジュール管理には
「ひたち母子手帳アプリ」
が便利です！

詳しくは
市HPから→



「ひたち母子手帳アプリ」の主な機能

- 予防接種スケジュールの自動作成
- 医療機関検索 ■ 市の子育て情報のお知らせ
- 成長グラフや写真、健診結果の記録 など

* 母子健康手帳の代わりにはなりません。予防接種や健診などを受ける際には、母子健康手帳を必ず持参してください。

問合せ 健康づくり推進課

☎ 21-3300 FAX 27-2112

あそびにおいで！！もこちゃんひろば

	とことこ	ふわふわ	のびのび
とき	6月12日(月) 午前10時15分～11時30分	6月26日(月)、7月3日(月) 各日午前10時～11時15分	①7月19日(水)・②20日(木)
ところ	Hi タッチらんど・ハレニコ！ 子育てサポートエリア	多賀図書館 おはなし広場ふわふわ	会瀬青少年の家 体育室・あずまや付近
対象	未就学児と保護者 * 各日定員15組程度（多いときは抽選、日立市在住の方優先）		
内容	赤ちゃんから活発に動けるお子さんまで幅広く楽しめる遊びを準備しています。	低月齢から安心して過ごせる室内遊びが中心です。	お外で水遊びをします。悪天候の場合は室内遊びです。

申し込み

6月開催分は5月29日(月)までに、7月開催分は6月22日(木)までに
右記QRから申し込みを * 同月開催はいずれか1つ選んで申し込みください。



問合せ 子どもセンター
☎ 36-0048