

## お知らせ

### 今月の納期

納期限は  
7月1日(月)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

### 市税・国保料などの 休日納付相談(6月)

時 6月23日(日) 午前9時～正午、  
午後1時～4時

場 市税Ⅱ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Ⅱ 国民健康保険課

問 納税課 ☎内線 254  
国民健康保険課 ☎内線 207

### 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 ① 6月15日(土) ② 7月20日(土)  
③ 8月17日(土) 各日午前10時～  
正午

場 ①② 日立市民会館2階会議室

③ シビックセンター3階701  
号会議室

申 各相談会前日までに電話で、市  
民後見人の会ひたち ☎51-1  
031へ

### 介護や介護保険のことなんて も相談

時 6月19日(水) 午前10時～午後3時  
場 ヒタチエ別館3階

内 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。

申 日立市社会福祉協議会 ☎87-  
7222へ

### シルバー人材センターの 入会希望者説明会

時 6月27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 参加者に資料を送付しています。  
必ず事前に申し込んでください。

### 里親制度説明会

県では、子どもたちの健やかな  
成長のために里親になっていただ  
ける方を広く募集しています。里  
親制度を知っていただくための説

明会を開催します。

時 7月15日(祝) 午後2時～4時

\* 午後1時40分から受付開始

場 日立市民会館

対 里親制度に関心がある方 \*定  
員30人

申 7月10日(水)までに電話かメール

で、同仁会児童家庭支援セン  
ターあいびり ☎029-29

1-3770 メール satoriku  
@dojinkai.or.jpへ

### 入院した時の食事が変更 になります

国民健康保険で一部負担してい  
る入院中の食事代について、制度  
改正に伴い、6月1日(土)から1食  
当たりの自己負担額が10円～30円  
引き上げになります。詳  
しくはHPをご覧ください。

問 国民健康保険課 ☎内線 203



### 重度心身障害者、ひとり親家 庭の方へ

医療福祉費(マル福)を受給し  
ている方に6月20日(木)に証更新に  
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。

対 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

問 国民健康保険課 ☎内線 204

### 国民健康保険料と介護保険料 の通知書を送付します

令和6年度の保険料が決まりました  
したので、6月中旬にそれぞれ通  
知書を送付します。

問 国民健康保険料についてⅡ 国民  
健康保険課 ☎内線 202

介護保険料についてⅡ 介護保険  
課 ☎内線 216

### 労働保険の年度更新期間は、 7月10日(水)までです

電子申請・電子納付や口座振替  
のご利用、または最寄りの労働局・  
労働基準監督署・金融機関で申告・  
納付ください。

問 厚生労働省労働基準局 ☎03-  
5253-1111

### 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28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(月)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



**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、すでに軽減を受けている方の有効期限は7月31日(水)です。引き続き軽減を受けたい方は、介護保険課が各支所で早めに手続きをしてください。\*詳しくは市HPをご覧ください。



問 介護保険課 ☎内線 217

**学生の皆さんへ！チャレンジいばらき就職フェアを開催します**

大学などの今年度の卒業予定者、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す。事前申し込みの要件など、詳しくは県HPをご覧ください。



問 県労働政策課

☎ 029-301-3645



**戦没者の慰霊巡拝**

時 11月12日(火)・13日(水) 2日間  
場 硫黄島(第1次)

対右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 \*健康状態に係る審査があります。

申 6月28日(金)までに申請が必要です。必ず事前に問い合わせてください。

問 福祉総務課 ☎内線 391

**飲用井戸などは、年に1回水質検査を受けましょう**

安全な井戸水を飲むために、年に1回は水質検査を行います。

時 受付日 毎週火曜日 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、当日採取した水を日立保健所へ

問 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 ☎ 02-9-306-9086

**水道メーター取替えのお知らせ**

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。

時 実施期間 6月19日(水)～8月20日(火)



ベスト、身分証明書を携帯しています。

問 水道課 ☎内線 418

**川の水をみんなで守りましょう**

河川の水に油や薬品などが流出する水質汚濁事故が発生すると、多くの方の生活に影響を与えるおそれがあるほか、生物に被害が及ぶこともあります。事故が起きた場合は、速やかな対策・対応が必要となりますので、油や薬品などを流出させてしまったり、流れているのを発見したら、すぐにご連絡ください。詳しくは市HPをご覧ください。

環境推進課 ☎内線 747  
茨城県県北県民センター  
環境・保安課 ☎ 80-3355



連絡先

**外国人を雇用する事業主の方へ  
不法就労防止にご協力ください**

**不法就労者による犯罪、増加中！**

近年、市内で不法就労者による犯罪が増えています。不法就労は法律で禁止されており、不法就労させた事業主も処罰の対象となります。不法就労防止のため、外国人を雇用するときは、身分確認(在留資格・期限、就労制限の有無)の徹底をお願いします。

問合せ 日立警察署 ☎ 22-0110

不審な外国人を見たり聞いたりしたときは、日立警察署にご連絡ください！



**税関クイズ**

税関が発表した日立港・常陸那珂港の令和5年の輸出入の貿易額は、輸出が2年連続で過去最高となる約1兆6,883億円、輸入が約7,461億円でした。ここでクイズです。輸出額・輸入額が1位の品物は、それぞれ何でしょうか。

答えは税関HPの貿易概況(下記QR)か、19ページ下部を見ると分かるよ！



問合せ 鹿島税関支署日立出張所 ☎ 52-2128

税関イメージキャラクター  
カスタム君



**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。

**十王川流域にお住まいの方へ  
十王ダムのサイレンにご注意を**

**【十王ダムの役割】**  
■ 防災操作(洪水調節)  
ダム上流から入ってくる水の一部をダムに溜め、下流の川に流出する水の量を減らすことで、下流の洪水被害を軽減する役割を果たしています。  
■ 事前放流  
梅雨や台風のときなど、大量の雨が予測されるときには、ダムに溜まっている水を下流の川に事前に流し、ダムの水位を下げ、溜められる水の量を増やすことで、下流の洪水被害を軽減します。  
**【サイレンが鳴ったら】**  
ダムから流す水の量が増えることにより、下流の川で急激な水位の上昇が予測される場合は、サイレンを鳴らします。サイレンが鳴った時はすぐに川の中から離れてください。  
**問合せ** 県十王ダム管理事務所  
☎ 39-7141

**チャレンジする高齢者を応援  
します—資格取得費用の一部  
を補助—**

**対** 申請時、市内に住所を有する65歳以上の方  
**因** 対象資格Ⅱ本年度中に取得した国家資格、民間資格、公的資格など全般  
**補** 助額Ⅱ資格取得に要した受験料、受講料、教材費、登録に係る費用(初回のみ)などの合計額の2分の1(上限1万円)  
**申** 資格を取得した後、指定の補助金交付申請書(市HPからダウンロードできます)に必要な書類を添えて、高齢福祉課 ☎内線228へ \*詳しくは市HPをご覧になるか、問い合わせてください。



**空き地の適正管理をお願いします**

空き地の雑草が生い茂ると、不法投棄や害虫の発生などにつながるおそれがあります。雑草は梅雨期を過ぎると一齐に成長します。土地所有者や管理者は、定期的に草を刈り取るなど、責任をもって管理しましょう。

\* 刈り取った草は野積みそのままにせず、適正に処分してください。  
\* 草刈りなどを自分で行えない場合には、造園業者やシルバー人材センターに依頼(有料)する方法もあります。夏場は大変込み合うため、早めに相談しましょう。  
\* 詳しくは市HPをご覧ください。



**高齢者のスマホ・タブレットの  
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476

**初心者向けスマホの使い方相談会 in ヒタチエ**

相談員が1対1で対応するので、自分のペースで相談できます。申し込みは不要です。  
**とき** 7月23日(火) 午前10時~午後3時  
\* 最終受付は午後2時。1人60分まで。  
**ところ** ヒタチエ地下

**初心者タブレット教室**

何回でも参加できる初心者向けのタブレット教室です。

とき(7月)	ところ
① 9日(火)	9:30 ~ 大久保交流センター
② 30日(火)	12:00 ~ 十王交流センター

\* タブレットは貸し出します  
\* 各日先着15人。  
**申し込み** ①は7月4日(木)までに、②は7月25日(木)までに電話で、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

**伸びた生け垣や樹木の剪定・  
草刈りなどをお願いします**

生け垣や樹木の枝、雑草などが道路に張り出していると大変危険です。ご自宅の剪定や草刈りなど、適切な管理をお願いします。  
\* 詳しくは市HPをご覧ください。



**職場における化学物質規制が  
大きく見直しとなりました**

法改正により、職場における化学物質規制が大きく見直しとなっています。化学物質を取り扱う業者の方はご注意ください。  
\* 詳しくは下記QRをご覧ください。



**住宅用火災警報器(煙式)を  
設置しましょう**

自分や家族の身を守るため、住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。設置している場合は、定期的に自己点検を実施し、正常に動作しないとき、または10年度目安に本体を交換しましょう。

**因** 設置が義務付けられているところⅡ 寝室、寝室がある階(2階以上)の階段部分  
\* 詳しくは市HPをご覧ください。  
**問** 予防課 ☎ 24-0119





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

犬のふんは飼い主が必ず回収  
しましょう

犬のふんを道路や公園などに放置することは、歩行者や利用者、近隣にお住まいの方への迷惑となります。散歩などの時には回収用具を携帯し、飼い犬のふんを持ち帰りましょう。\*犬のふん害にお困りの方に、注意表示板を環境推進課、各支所で配布しています。

環境推進課 ☎内線543

### 日立シビックセンター新都市広場 移動献血（6月）の日程が 変更になりました

5月20日号市報（第1767号）22ページでお知らせした献血の日程が変更になりました。献血を行う際は、ご注意ください。

（変更後）6月16日(日)

（変更前）6月8日(土)

問合せ 県赤十字血液センター献血推進課 ☎029-246-5574

## 催し

### 郷土博物館のギャラリ―展 「戦時下資料の新収蔵展」

時 7月28日(日)まで \*6月24日(月)、

7月1日(月)～6日(土)は休館

場 郷土博物館2階ギャラリ―

市内の方から寄贈いただいた戦時下における資料を展示します。  
郷土博物館 ☎23-3231



### ピククルボール体験会

時 6月13日から29日までの火・木・土曜日（6月15日(土)を除く）  
午後1時～3時

場 火曜日＝豊浦体育館

木曜日＝日高体育館

土曜日＝塙山小学校体育館

内 テニスと卓球とバドミントンを掛け合わせたようなスポーツ

「ピククル」を体験してみませんか。

持ち物＝体育館シューズ

申事前電話でピククルひたち

（鈴木）☎080-2269-

3017へ

### 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、「国語の教科書に出てくる本」の展示・貸し出しを行います。

時 6月14日(金)～27日(木)

場 多賀図書館

教科書の展示について＝指導課 ☎内線657

国語の教科書の中に出てくる本の展示などについて＝多賀図書館 ☎33-2655

### 日立市芸術祭

■日立美術協会展

時 6月18日(火)～23日(日) 午前10時～午後6時 \*23日(日)は午後4時まで

場 日立シビックセンターギャラリ―

問 日立美術協会(名倉) ☎090-3510-1663

■日立三曲協会箏曲演奏会

時 6月23日(日) 午後1時30分～3時30分

場 日立シビックセンター多用途ホール

問 日立三曲協会(松尾) ☎42-7976

### シネマサンライズ上映作品

- 6月20日(休)まで  
「お終活 再春！  
人生ラブソディ」  
「劇場版ハイキュー!!  
ゴミ捨て場の決戦」
- 6月14日(金)から  
お昼の昭和名作劇場  
「泣かせるぜ」



問合せ シネマサンライズ(シーマークスクエア内) ☎32-5805

日本陸上競技連盟公認コース

日立市初のフルマラソン

# ひたちシーサイドマラソン2024

11月17日(日) AM10:00 START

8月31日(出)まで ランナー募集中

\*ボランティア募集中！詳しくは20ページへ



大会HP  
はこちら



高橋尚子さん

問合せ スポーツ振興課  
☎内線661



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。



### おおやね市場

時 6月21日(金) 午後5時～8時

場 市役所大屋根広場

内 キッチンカー、クラフトショッ  
プなどが集まる楽しいマルシェ  
です。

問 ナスカ(片桐) ☎090-6  
487-8981

### ポップスコンサート2024

時 6月22日(土) 午後1時～4時30分

場 多賀市民会館小ホール

内 茨大フォークソングOB会など  
による演奏会です。オールド  
ポップス、ロック、フォークソ  
ングなどを中心に演奏します。

問 ポップスコンサート2024事  
務局 ☎090-4431-7  
448

### ホタルの観賞会

時 6月22日(土)・23日(日) 午後7時  
30分～、8時～、8時30分～  
\*各回30分。両日3部制。雨天  
中止。

場 奥日立きららの里ささめ池

申 事前に奥日立きららの  
里HPから申し込みを

問 奥日立きららの里  
☎24-2424



### 茨城県母親大会in日立

時 7月7日(日) 午前10時～午後3  
時30分

場 日立市民会館

内 母親以外の方も参加できます。

午前Ⅱテーマ別7分科会、午後  
Ⅱ講演会「海の中から地球が見  
えるー気候危機と平和の危機」  
講師Ⅱ武本匡弘さん(環境活動  
家) \*無料保育あり(事前に  
申し込みを)

料 1000円

申 事前に電話で、母親大会実行委  
員会 ☎029-824-89  
49へ \*当日参加可

### 市民ダブルステニス大会

時 7月14日(日)、21日(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23日(日)までに直接、市民運  
動公園テニスコートか諏訪・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  
合わせてください。

問 日立市テニス協会(弓野) ☎35  
-8947 \*午後6時以降

### ファミリーミニサッカー大会

時 7月21日(日) 午前9時～

場 市民運動公園陸上競技場

対 市内に在住か、通勤・通学して  
いる方 \*1チーム当たりの登  
録選手は5～12人

内 部門Ⅱ①家族 ②レディース

③男女混合 ④一般 ⑤少年団  
\*中学生以上は一般区分(女子  
が入る場合は男女混合で可)

料 1チーム3000円(傷害保険  
料含む) ⑤は2000円

\*代表者会議時に納入

申 7月1日(月)までに申込用紙(日  
立市スポーツ協会にあるほか、  
HPからもダウンロードできます)  
を郵送かFAXで、日立市スポー  
ツ協会 〒316-0034

東成沢町2-15-1 ㊟36-6  
663へ \*代表者会議を7月  
11日(木)の午後6時から池の川さ  
くらアリーナで行います。

問 日立市サッカー協会(永盛)  
☎24-1918

時 7月25日(木) 正午～午後1時30分



### 石原詢子&北山たけし歌謡 ショー

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  
立市民会館で販売 \*当日は日  
立市民会館で販売

問 県北年金友の会 ☎24-3305

## 講座

男女共同参画セミナー 女性  
のための法律講座「相続・後  
見・遺言」について考えてみ  
ましょう

時 6月30日(日) 午後1時30分～3  
時30分

場 らぼーるひたち

内 講師Ⅱ藤田奈津子さん(弁護士)  
料 1000円 \*定員50人程度

申 事前に直接か電話で、日立市ら  
ぼーる協会 ☎36-0554へ  
\*無料託児あり。6月21日(金)ま  
でに直接申し込みを。

### 夏バテに負けない身体をつく る！脂肪燃焼講座

とき	内容
7月5日(金)	座ったままでキック&パンチ
7月12日(金)	音楽にあわせてキック&パンチ
7月19日(金)	シェイプリーキック&筋トレ

\*定員=先着20人(全3回  
出席できる方)  
\*ところ=鮎川体育館  
\*講師=林 康子さん  
\*料金=1,100円(3回分。  
保険代含む)

申 6月13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。6月21日(金)までに直接申  
し込みを。



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。



### 百年塾市民教授による生き生きワクワク講座

とき	講座内容	料金	定員
7月2日(火) 10:00~11:30	①疲労回復ヨガ 講師=永岡友美さん 持 ち物=マット、タオル、 ブランケット、飲み物	200円	15人
7月19日(金) 13:30~15:30	②折り紙の世界 厚めの折り紙で八角形の 箱を作ります。 講師=斉藤直子さん	500円	10人

\*ところ=教育プラザ  
\*対象=市内に在住か、通勤・通学している方  
\*申し込みが多いときは抽選

申①は6月20日(木)、②は7月1日(月)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 メール ik100j@net1.jway.ne.jp ☎23-9165へ(平日のみ)

### おはなし・読み聞かせボランティア中級者研修会

時 7月13日(土)・20日(土)(全2回)  
午前10時~正午

場 多賀図書館

対 对学校や地域で読み聞かせ活動をしており、ステップアップしたい方で、全日程参加できる方  
内 読み聞かせの実践力を高めます。

毎回、絵本を2冊持参してください。講師=柴田和子さん(元図書館職員) \*先着10人

申 6月17日(月)の午前10時から電話で、多賀図書館 ☎33-2655へ

### 日曜発明学校(7、9月分)

時 7月14日(日)、9月8日(日) 午後1時30分~

場 らぼーるひたち

内 あなたのアイデアを特許にしよう ほか

料 500円

問 日立発明研究会(山内) ☎09-0-2209-1453

### 日商簿記検定3級資格取得講座

時 8月21日(水)~11月15日(金)のうち28日間 午後6時30分~8時

\*詳しくは日立商工会議所HPをご覧ください。

場 日立商工会議所会館

内 講師=藤田美幸さん(野別英明税理士事務所税理士)

料 2万2000円(学生・会議所会員は1万7000円) \*テキスト代含む。先着20人。

申 7月26日(金)までに直接か電話で、日立商工会議所 ☎22-0128へ

時 7月26日(金)までに直接か電話で、日立商工会議所 ☎22-0128へ

場 日立商工会議所

内 講師=藤田美幸さん(野別英明税理士事務所税理士)

料 2万2000円(学生・会議所会員は1万7000円) \*テキスト代含む。先着20人。



## 募 集

エコフェスひたち2024のボランティアスタッフ

時 開催日=7月20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、マールホール

対 中学生以上 \*先着20人

内 会場準備、受付、場内誘導など

申 6月13日(木)から21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、環境推進課

メール kankyo@city.hitchi.jg ☎内線298へ

他 必要に応じボランティア従事証明書を発行します。

### 税務職員(国家公務員)

時 受付期間=6月14日(金)~26日(水) 第1次試験日=9月1日(日)

内 受験資格、試験会場、申し込み方法など、詳しくは下記QRをご覧ください。

問 人事院人材局試験課 ☎03-3581-5311 内線23-33(平日午前9時~午後5時)

場 高校生JAM天国出演者

時 開催日=8月13日(火) 午後2時

場 日立シビックセンター多用途ホール

対 高校生軽音楽バンド、高校生によるダンスなど \*定員7組(1組最大15分)

申 6月30日(日)までに下記QRから申し込みを。

問 女性若者支援課 ☎26-0315

### 日立市社会福祉事業団の正職員

職 種	募集人数	2人程度
採用日	来年4月1日	
勤務場所	萬春園、かねはた(老人ホーム、短期入所施設)、大みかけやき荘のいずれか	
勤務内容	高齢者に対する介護業務か知的障害者に対する生活支援	
受験資格	平成6年4月2日以降に生まれた方で次の要件を満たす方 ■高校以上を卒業か令和7年3月卒業見込み ■普通自動車免許を有する(令和7年3月までに取得見込みを含む)	
採用試験	とき	7月26日(金) *作文試験と面接
	ところ	萬春園(鮎川町)

申 7月12日(金)(必着)までに履歴書と卒業(見込み)証明書を直接か郵送で、日立市社会福祉事業団 〒316-0036 鮎川町3-2-10 ☎33-7271へ \*詳しくは同事業団HPをご覧ください。

場 日立シビックセンター多用途ホール

対 高校生軽音楽バンド、高校生によるダンスなど \*定員7組(1組最大15分)

申 6月30日(日)までに下記QRから申し込みを。

問 女性若者支援課 ☎26-0315

ひたちシーサイドマラソン  
2024ボランティアスタッフ

日時	11月17日(日) 6:30~17:00 *活動時間は係によって異なります。
募集形態	個人、2人以上のグループ、団体
場所	日立市市民運動公園、コース上の給水所など
内容	参加者案内、給水、給食、コース上でのランナー応援など
対象	次の要件をいずれも満たす方 ■事前に開催する説明会に参加できる(団体の場合は代表者1人) ■日本語の日常会話と読み書きが可能

申 7月22日(月)(必着) までに指定



の申込用紙(スポーツ振興課にあるほか、マラソン公式HPからダウンロードできます)を直接か郵送で、ひたちシーサイドマラソン実行委員会 ☎内線661へ

日立ファミリィ・サポートセンターの協力会員説明会

時 6月26日(水) 午後1時~2時

場 子どもとすくすくセンター

内 有償ボランティア活動です。補償保険に一括加入しており、安心して活動できます。

申 事前に電話で、日立ファミリィ・サポートセンター(ライフ・ケア・ひたち) ☎271-6633へ

デジタル案内板「わが街ナビ」への有料広告

ヒタチエ1階「日立駅前出張所」前のデジタル案内板に、広告の掲載を希望する事業者を募集します。  
\*広告料など、詳しくは問い合わせてください。

申 サイネックス水戸支店 ☎02-9-224-3070



健康

体組成測定会

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を行います。

とき(6月)	
25日(火)	9:30~17:00
26日(水)	13:00~20:30
27日(木)	9:30~17:00

- \*1人15分
- \*ところ=池の川さくらアリーナトレーニングルーム
- \*対象=18歳以上
- \*定員=先着90人(当日空きがあれば参加可)
- \*料金=1回300円

申 6月13日(木)の正午から電話で、池の川さくらアリーナ ☎351-0767へ

骨の健康チェック

骨の健康状態を測定し、結果をもとにアドバイスをを行います。

とき(7月)	
4日(木)	13:00~20:30
5日(金)	10:00~18:00
6日(土)	9:30~17:00

- \*1人15分
- \*ところ=池の川さくらアリーナトレーニングルーム
- \*対象=18歳以上
- \*定員=62人(当日空きがあれば参加可)
- \*料金=1回300円

申 6月20日(木)の正午から電話で、池の川さくらアリーナ ☎351-0767へ

子宮頸がん集団検診

時 7月~来年2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1100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26日(水)の午前9時から6月28日(金)までに下記QRからか電話で、健康づくり推進課 ☎21-3300へ



「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。入賞者は11月10日(日)に行われる茨城県民歯科保健大会で表彰します。

- 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30年4月2日~令和3年4月1日生まれ)のお子さんと母親か父親 \*喫煙習慣がない方
- ②8020高齢者よい歯のコンクール

対昭和19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19日(金)(必着)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 〒310-0909 11 水戸市見和2-292-1 ☎029-253-1075 5 ☎029-252-2561へ



# ひたちの子育て

## こども家庭センターを設置しました

令和6年4月から児童福祉と母子保健の機能を統合し、一体的に相談・支援を行うこども家庭センターを設置しました。

こども家庭センターは、市子育て支援課内に設置しましたが、これまでどおりそれぞれの窓口で相談することができます。お気軽にご相談ください。

ライフステージ	相談窓口	支援内容
妊娠期	健康づくり推進課 (保健センター内) ☎ 21-3300	妊娠中の生活に関する相談、母子健康手帳の交付、妊婦健診など
出産後		産後ケアの利用相談、乳幼児健診・予防接種、こんにちは赤ちゃん訪問、育児相談(離乳食相談)など
子育て期	子育て支援課 こども家庭センター ☎内線 323	子育て短期支援事業の利用相談(ショートステイ)、子どもの一時預かり、養育相談など

問合せ 子育て支援課こども家庭センター ☎内線 323

## 児童手当(6月期)の支給日は6月13日(木)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

引き続き児童手当を受給するために、「現況届」の提出が必要となる方がいます。提出が必要な方には市から案内を送付しますので、ご確認ください。

### 【提出が必要な方】

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 など

問合せ 子育て支援課 ☎内線 338

### 児童手当には所得の上限があります

昨年度、所得の限度額を超えて支給されなかった方も、令和5年中の所得が限度額未満となる場合には、申請により受給することができます。限度額や申請方法など、詳しくは市HP(下記QR)をご覧ください。

詳しくはこちら→



## 十王子どもの広場 「骨盤エクササイズ」

とき 6月24日(月) 午前10時30分～正午

ところ 十王交流センター

対象 乳幼児の保護者 \*先着15人(無料託児あり。先着10人)

内容 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、汗拭きタオル、飲み物(動きやすい服装で)

申し込み 6月14日(金)の午前9時30分から右記QRから申し込むか電話で、日立市社会福祉協議会 ☎ 87-7222 へ



## 6月のきらりんタイム 「骨盤エクササイズ」

時 6月24日(月) 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 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、飲み物、フェイスタオル

申 6月17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)



## ベビーマッサージでスキンシップ

時 6月26日(水) 午前10時30分～11時30分 \*講座日の前後2日以内に予防接種予定のお子さんは参加できません。

場 子どもすくすくセンター

対 生後3～11ヶ月の乳児と保護者 \*定員8組(多いときは抽選)。対象外のお子さんの無料託児あり。

内 親子のスキンシップの時間を楽しめます。講師=柳田知子さん(マッサージセラピスト)

料 400円

申 6月18日(火)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)

