

## お知らせ

### 今月の納期

納期限は9月30日(月)です。

- ◆国民健康保険料(4期)
- ◆介護保険料(4期)
- ◆後期高齢者医療保険料(3期)

問合せ  
国民健康保険課  
☎ 内線 207

### 市税・国保料などの 休日納付相談(9月)

時 9月22日(祝) 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

### ボランティア・地域活動相談会

時 9月17日(火) 午前10時～正午

場 ヒタチエ別館3階

対 ボランティア・地域の活動に興味のある方

申 9月13日(金)までに電話で、日立  
市社会福祉協議会 ☎87-7222へ



### 介護や介護保険のことなんでも相談

時 9月20日(金) 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、介護保険制度についての相談に専門相談員が応じます。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 9月26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。

### 不動産鑑定士による不動産無料相談会

時 10月1日(火) 午前10時～10時30分、10時40分～11時10分、11時20分～11時50分

場 日立シビックセンター501号室

申 9月24日(火)の午後5時までに電話で、茨城県不動産鑑定士協会

☎029-246-1222へ  
\*平日午前9時～午後5時

### 大甕駅周辺などでバスとタクシーの 自動運転走行実験を行います

国の実証事業の一環として、自動運転車両(バス・タクシー)の走行実験を行います。乗務員が乗車し自動走行を行います。走行ルート内にある歩道や交差点では車両の接近に十分注意してください。なお、自動運転車両には乗車できません。\*対象車両には「実証実験中」の表示がされます。

とき 9月～来年3月(自動運転車両走行日未定)

#### 走行ルート

- ①大甕駅周辺(下記地図参照)
- ②ひたちBRT「南部図書館」～「日立おさかなセンター」間



問合せ 都市政策課 ☎内線 223

### 平和への誓い新たに

#### 8.15 平和集会・平和行進を実施しました



終戦の日の8月15日、8.15 平和集会・平和行進が行われました。集会では、小川市長が「行進を通して平和の大切さを強く発信していきたい」と呼びかけ、その後参加者は「平和な世界をつくろう」などと書かれたプラカードを掲げ、市役所からJR日立駅までのおよそ2キロの道のりを行進しました。駅前の広場に到着すると平和の鐘の前で1分間の黙とうをささげ、平和への想いを改めて確認しました。



### 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。

## 9・10月は行政相談月間です

暮らしの中で困っていること、行政に対して望むことはありませんか。市では行政相談委員による定例相談を実施しています。詳しくは問い合わせてください。

**問合せ** 市民相談室 ☎内線 566  
総務省行政相談センターきくみみ茨城  
☎0570-090110

### くらしの困りごと相談会

暮らしの中で困っていることはありませんか。登記、年金、雇用、税金など行政機関で行う手続きに関する相談や、相続、離婚、多重債務などの法律問題に対し、行政相談員などが無料で相談に応じます。

**とき** 9月24日(火) 午前10時30分～午後2時50分 \*1人あたり20分

**ところ** 市消防拠点施設3階講堂

**申込み** 9月6日(金)～17日(火)に電話で、総務省行政相談センターきくみみ茨城 ☎0570-090110 \*平日の午前8時30分～午後5時

きくみみ茨城



総務省行政相談センター



**無料調停相談会**  
金銭関係・土地建物関係・交通事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を受け付けます。  
【時】10月5日(土) 午前10時～正午  
【場】らぼーるひたち  
【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、税理士、一級建築士、社会保険労務士など)  
【問】日立調停協会(坪和)  
☎090-11801-6249

### 無料調停相談会

### 青少年(20歳未満)の相談窓口

青少年と保護者の相談を受け付けています。

【ひたちコドモでんわ】

【内】受付時間 毎日 午後1時～5時15分(年末年始を除く)

☎26-7890

【日立市青少年の悩み事面接相談】

【内】受付時間 土・日曜日、午後1時～5時15分(年末年始を除く)

【申】事前に電話で、専用ダイヤル

☎26-0320へ

【問】女性若者支援課 ☎26-0315



### 戦没者の慰霊巡拝

【内】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。

【内】①硫黄島 来年2月18日(火)・19日(水)(2日間)

②フイリピン 来年2月19日(水)～28日(金)(10日間)

【申】①②ともに9月18日(水)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

### 日立市難病患者福祉手当(第1期分)の支払日は9月30日(月)です

【内】支給額 1回1万円(9月末と3月末の年2回支給)

【内】県が交付する「一般特定疾患医療受給者証」か「指定難病特定医療費受給者証」を交付されている方で、本手当の申請が済んでいる方。

\*申請が済んでいない方は、随時受け付けていますので、障害福祉課で申請してください

【内】詳しくは市HPをご覧になるか、問い合わせてください。

【問】障害福祉課 ☎内線458



### 「でんてつハイカード」の払い戻し期限が迫っています

茨城交通のバスカードは「いばつピ」へ移行しました。これまでの「でんてつハイカード」は利用できませんので、残高を払い戻すか、「いばつピ」に移行してください。受付期間を過ぎるとの残高の払い戻し・移行はできませんのでご注意ください。詳しくは茨城交通HPをご覧ください。



【時】受付期間 9月30日(月)まで

【場】市内の茨城交通の窓口

【問】茨城交通(株) ☎32-7380

(平日午前8時30分～午後6時10分)

### 秋の全国交通安全運動

#### 「気をつけよう 危険がひそむ 慣れた道」

【運動期間】 9月21日(土)～30日(月)

- 歩行者も交通ルールを守ろう。また夕暮れ時は反射材を活用し運転手に自分の存在を知らせよう。
- ドライバーは早めにライトを点灯し歩行者や自転車の発見を。横断歩道は歩行者優先。
- 飲酒運転や妨害運転などの悪質・危険な運転は絶対にしない。
- 自転車乗車時はヘルメットを着用し交通ルールを守り安全運転をしよう。

【問合せ】 交通防犯課 ☎内線 515



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

### 国民健康保険・後期高齢者医療保険 人間ドック・脳ドック

#### ■ 12月に受診予定の方

申請期限は、9月30日(月)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。

#### ■ 10月に受診予定で申請済みの方

9月10日(火)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

### 急傾斜地、溪流調査に係る 土地立ち入りのお知らせ

県では、市内の急傾斜地と溪流で現地調査を行っています。調査のご協力をお願いします。

■ 時 来年3月中旬まで

■ 内 ポールやテープによる簡易な測量や写真撮影。

■ 他 調査員は県が発行した身分証を携帯しています。調査にあたり費用を請求したり、署名を求めるとはありません。

■ 問 県高萩工事事務所河川整備課  
☎0293-22-2250



### 火災・救急の状況（令和6年1月～6月）

#### 火災の発生状況

区分		R6	R5	増減
火災件数		18件	26件	▲8件
内 訳	建物火災	9件	13件	▲4件
	車両火災	4件	6件	▲2件
	その他	5件	7件	▲2件

火災を発生させないように注意して、早期発見に有効な住宅用火災警報器を設置するなど、住宅防火対策にご協力ください。

#### 救急の出場状況

区分	R6	R5	増減
救急出場件数	5,178件	4,985件	193件
医療機関への搬送人数	4,608人	4,484人	124人

出場件数・搬送人数ともに、昨年と比較して増加傾向になっています。救急車の適正な利用をお願いします。

#### 熱中症に注意しましょう

自宅内での熱中症が多く発生しています。まだまだ暑い日が続きますので、エアコンや扇風機などを使用し、室温を適切に保つようしてください。また、喉が渇いていなくてもこまめに水分補給をするよう心がけましょう。

問合せ 予防課 ☎24-0119

### 東京ガス日立LNG基地都市 ガス製造工場を見学しませんか

日本最大級のLNGタンクの見学や、マイナス162℃のLNGの世界を体験できます。

■ 場 東京ガス日立LNG基地(留町)

■ 対 小学5年生以上

■ 内 見学可能日 平日の火・木曜日の午前中

■ 見学開始時間 午前9時30分～10時30分(所要時間70分程度)

■ 見学内容 概要説明、LNG冷熱実験、構内見学 \*詳しくは問い合わせてください。

■ 申 見学希望日の2週前の金曜日まで

■ G 基地 ☎25-5801へ

### 初心者向け高齢者スマホの使 い方相談会inヒタチエ

■ 時 10月8日(火) 午前10時～午後3時 \*最終受付午後2時

■ 場 ヒタチエ地下

■ 対 市内在住の65歳以上の方

■ 内 スマホの操作方法の疑問や不安にお応えする1対1の相談会です。買い物の際に、気軽にお立ち寄りください。持ち物 スマ

■ マートフォン。\*1人の相談時間 最長45分

■ 問 高齢福祉課 ☎内線476

■ 県立盲学校理療関係学科  
オープンスクール

■ 時 10月6日(日) 午前9時～午後0時30分

### 国税の納税証明書はご自宅で請求・受取ができます

電子納税証明書(PDFファイル)は、お手持ちのスマートフォンやタブレット端末からもe-Taxを使って簡単な操作で請求から受取までできます。手数料もお得ですので、ぜひご利用ください。



詳しくはこちら

ご利用にあたっては、納税者本人(法人の場合は代表者)のマイナンバーカードが必要です。

問合せ 日立税務署 ☎21-6346

### 新型コロナウイルスワクチン 接種のお知らせ

今年度の新型コロナウイルスワクチン接種は、個人の重症化予防を目的とする定期接種として、10月から実施することを予定しています。定期接種の対象者、接種期間など、詳しくは市報9月20日号や、市HPなどでお知らせします。

■ 問 健康づくり推進課 ☎22-311

■ 場 県立盲学校(水戸市)  
■ 対 来年度入学を希望する方  
■ 内 授業体験、施設体験、個別相談など

■ 申 10月2日(水)までに電話かメールで、県立盲学校理療科 メール riyouka@hparaki.s.d.tk.ed.jp  
☎029-221-3388へ



市HP

## 9月24日(火)～30日(月)は 「ひたち・くさゼロ大作戦」強化ウィークです

地域の道路や公園などの環境美化活動として、9月1日から始まった「ひたち・くさゼロ大作戦」。その取組をさらに推進するため、最終週（9月24日(火)～30日(月)）を「強化ウィーク」とします。活動はケガや熱中症に気をつけて、無理のない範囲で行ってください。

問合せ 環境推進課 ☎ 内線 746

### ボランティア袋をご活用ください

ボランティア清掃で刈った草は、ボランティア袋に入れて、最寄りの燃えるごみ集積所に出してください。

【配布先】各交流センター、資源循環推進課、南部支所多目的室

# 催し

## 市民ボウリング大会

時 9月15日(日) 午前10時～

場 日立ボウリングレーン（鮎川町）

対 市内に在住か通勤・通学している方

る方

内 個人戦（4ゲーム合計点数）

\*男女年齢別のハンデイクヤップあり。詳しくは問い合わせください。

料 2500円（高校生以上。傷害保険料を含む）

申 当日午前9時30分までに直接会場へ

問 日立市ボウリング連盟事務局（中澤） ☎ 34-0101

## 日立SunNexus茨城ホームゲーム

ホームタウンとして応援しているラグビーチームの「日立SunNexus茨城」の試合が市内で行われます。観覧無料ですので、ぜひお越しください。

時 ①9月15日(日)・10月27日(日) 各

日午後1時試合開始 ②9月

29日(日) 正午試合開始

\*詳しくは下記QRをご覧ください。



ご覧ください。

場 ①市民運動公園陸上競技場

②日立市会瀬スポーツ広場

問 日立SunNexus 茨城

(篠原) ☎ 090-

9647-4469



## ヒタチマルクト～Nacht～

時 9月20日(金) 午後5時30分～8時30分

場 市役所大屋根広場

内 18店舗が集結し地元グルメや

地域産品を販売します。詳しくは下記QRをご覧ください。

問 ヒタチマルクト実行委員会 ☎ 080-2890-2761

## おおやね市場

時 9月27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。

問 ナスカ(片桐) ☎ 090-6

487-8981

## キャンブリアンロック展示会・ギャラリートーク

時 10月1日(火)の午後1時から10月6日(日)の午後1時まで

\*ギャラリートークは10月5日

(土)の午前10時30分～11時30分、

午後1時30分～2時30分

場 南部図書館ギャラリー

内 大甕・久慈地域のキャンブリアン・ロックと太古の地層について、近年の新発見を中心に展示を行います。

【ギャラリートーク】

講師 田切美智雄さん(茨城大学名誉教授) \*各回先着15人

申 ギャラリートークは9月17日(火)

の午前9時30分から直接か電話

で、南部図書館 ☎ 29-112

5へ



## 青少年イベント企画部 和菓子作り教室

和菓子を作りながら楽しく交流しませんか？

講師=藤田浩一さん(菓匠風月)

とき 9月15日(日) 午後1時30分～3時30分ごろ

ところ 日立シビックセンター5階和室

対象 おおむね18～39歳

\*定員15人(多いときは抽選)

料金 2,000円

申し込み 9月12日(木)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



となりのまちから from 東海村

## 大空マルシェ 2024

村の歴史と文化の魅力を伝える大空マルシェ。ハンドメイド品の販売や子どもも楽しめるワークショップ、フードコート、ライブステージなど



とき 10月5日(土) 午前10時～午後5時

ところ 大神宮、村松虚空蔵尊(東海村村松)

問合せ 大空マルシェ実行委員会(東海村観光協

会内) ☎ 029-287-0855





**シネマサンライズ上映作品**

■上映中  
「九十歳。何がめでたい」  
■9月6日(金)から  
「それいけ!アンパンマン ばいきんまんといぼんのルルン」  
■9月13日(金)から  
昭和名作劇場  
「紅の拳銃」(主演:赤木圭一郎)  
問合せ シネマサンライズ(シーマークスクエア内) ☎ 32-5805



**ふれあい運動会**

時 10月5日(土) 午前9時10分〜正午  
場 池の川さくらアリーナ  
内 障害のある方と地域住民の方と一緒にスポーツを楽しみ、理解と交流を深める、誰でも参加できる運動会です。当日直接会場へお越しください。  
問 障害福祉課 ☎ 内線 465

**成沢山野草及び盆栽研究会  
合同展示会**

時 10月5日(土)・6日(日) 午前9時〜午後4時 \*6日は午後2時30分まで

場 成沢交流センター

他 チャリティーバザーも行います。

問 成沢山野草会(藤巻)

☎ 21-6487



**図書館で映画を楽しもう**

**シネマ鑑賞会「ゆずり葉の頃」**

時 10月5日(土) 午後1時30分〜3時30分  
場 南部図書館創作室  
対 18歳以上の方 \*先着25人  
内 大人向けの観賞会です。  
申 9月17日(火)の午前9時30分から直接か電話で、南部図書館 ☎ 29-1125へ

**オトナのおえかき。―村田夏佳さんと「しばいぬとおやつ」の絵を描く―**

時 10月6日(日) 午後1時30分〜3時30分  
場 記念図書館2階学習室  
内 水彩でイラストを描く楽しさを味わえるワークショップです。講師のミニトークや、図書館員による講師作の絵本の読み聞かせなどもあります。講師||村田夏佳さん(日立市出身絵本作家)  
\*先着20人



申 9月5日(木)の正午から

下記QRから申し込みを。

問 記念図書館 ☎ 24-7714



**昭和のジャズと歌謡曲**

時 10月5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||ビッグバンドファンキーキャッツ 演奏曲||ヘイジュードほか  
申 10月1日(火)までに電話で、久慈川日立南交流センター ☎ 52-3155へ

**ひたちみなみスポーツクラブ  
グラウンド・ゴルフ大会**

	とき	対象	内容
①	10月 9:00~13:00 (受付8:30~)	一般(中学生以上)	24ホールストロークプレイ
②	12日(土) 10:15~12:00 (受付10:00~)	小学生(体験)	4ホール2ラウンド

\*雨天時翌日に順延  
\*ところ=大みかグラウンド  
\*①先着120人 ②先着20人(小学1~3年生は保護者同伴)  
\*持ち物=飲み物、タオル、帽子、①のみボールペンとはさみ  
\*料金=①500円 ②300円

申 9月12日(木)から30日(月)までに直接か電話で、ひたちみなみスポーツクラブ(南部支所内) ☎ 09-0-4439-1195へ

\*平日午前9時

午後5時



日本陸上競技連盟公認大会

日立市初のフルマラソン

**ひたちシーサイドマラソン2024**

日立市市制施行85周年記念事業

11月17日

AM10:00 START

大会HPはこちら



GUEST



高橋尚子さん



猫ひろしさん



こわだ君

こわだ君  
シーサイドマラソン  
紹介動画はこちら



問合せ  
スポーツ振興課  
☎ 内線 661



LINE



Face book



X (旧 Twitter)



Instagram



You Tube



### 市民シングルステニス大会

時 10月13日(日)・20日(日)・27日(日)

午前9時〜

場 市民運動公園テニスコートほか  
料 1200円

申 9月21日(土)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、久慈サンピア日立スポーツセンターへ  
問 日立市テニス協会(弓野) ☎3518947 \*午後6時〜9時



映画で街を元気に「瀬戸内寂聴・99年生きて思うこと」  
日立上映会

時 10月21日(月) 午前10時〜、午後2時〜

場 多賀市民会館大ホール

内 瀬戸内寂聴のドキュメンタリー映画

料 1200円(当日1400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  
問 「瀬戸内寂聴・99年生きて思うこと」日立上映実行委員会(青田) ☎090-1209-1776

### 講座

百年塾市民教授による生き生きワクワク講座

とき	講座名	料金
① 10月3日(木)・17日(木) 10:00~12:00	ステキに着物リメイク(全2回) 講師=前田潤子さん	400円(全2回分)
② 10月10日(木) 10:00~12:00	プリザーブドフラワー 講師=表 栄子さん	1,700円

\*ところ=①②教育プラザ  
\*対象=市内に在住か、通勤・通学している方  
\*定員=①10人 ②20人 \*多いときは抽選。無料託児あり  
\*その他=持ち物など詳しくは百年塾HPをご覧ください。



### 歴史講座

「黄門光圀の足跡の一端」

時 ①10月9日(水) ②10月23日(水)  
③11月6日(水)(全3回) 午前10時〜正午

場 久慈交流センター多目的ホール  
内 ①悪童光圀の変身・18歳の立志

②「壺の碑」をめぐる光圀と芭蕉の想い ③久慈浜に遊ぶ隠居黄門 講師=小松徳年さん  
\*先着40人

料 500円(全3回分)  
申 9月13日(金)の午前10時から直接か電話で、久慈交流センター ☎52-0165へ

1day女性カレッジ  
「折れない心をつくるレジリエンスの育て方」

時 10月11日(金) 午前10時〜正午  
場 日立シビックセンター6階集会所  
対 市内に在住か、通勤している女性 \*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 レジリエンス(精神的回復力)を題材に心理学の観点から心の整え方やメカニズムを学びます。  
講師=國見充展さん(茨城キリスト教大学心理福祉学科准教授)  
申 10月4日(金)までに下記QRからか、「女性カレッジ申込」と明記の上、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.jp ☎26-0315へ(平日のみ)



販売促進セミナー「実践!スマホで簡単チラシ・POP作成!」

時 10月16日(水) 午前10時〜午後4時  
場 日立商工会議所会館

内 アプリCanvaでチラシやPOPの作り方を解説します。講師=相原宏美さん(ジャイロ総合コンサルティング)  
料 2000円(会員は1000円) \*定員20人

申 事前にFAXか電話で、日立商工会議所 ☎22-0128へ

離職者・求職者の公共職業訓練「パソコン・Web基礎科」

時 訓練期間=11月1日(金)〜来年2月28日(金)

場 フェイスアップひたち(幸町)対 事前に公共職業安定所に求職申し込みをされた方で、就職相談を行い受講を認められた方 \*定員14人

内 パソコンスキルの基本・応用とWeb作成の基礎を習得し、CS試験の合格を目指します。

料 無料(テキスト代は自己負担)  
申 9月5日(木)から10月15日(火)までに直接、住居所を管轄する公共職業安定所へ

問 県立日立産業技術専門学院 ☎35-6449



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。



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。



### 女性を育てるマネジメント研修

時 ①11月8日(金)、②11月13日(水)

各日午後1時～5時

場 ①オンライン (Zoom使用)

②日立市役所多目的ホール

対 女性部下を持つリーダー、管理  
職の方(県内に本社か事業所が  
あること) \*各日先着20人程度

内 自身のマネジメント特性を理解  
し、チームをマネジメントする  
ための実践的なスキルと知識を  
学びます。\*①②ともに研修内  
容は同じ

申 10月18日(金)の午後5時  
までに下記QRから申込  
みを

間 県産業戦略部労働政策課  
☎029-301-3635



## 募 集



### 日立鞍掛山霊園合葬式墓地の 使用者

対 次の全てに該当する方

- 市営霊園を使用していない方
- 本市に引き続き1年以上住所を有している方
- 生前予約は

申請時の年齢が65歳以上の方  
\*多いときは抽選。

申 9月9日(月)から10月8日(火)まで

に合葬式墓地使用許可申請書、  
必要書類を直接か郵送で、環境  
推進課 ☎内線749へ

\*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)をご覧  
ください。

日立市社会福祉協議会の職員



職種	成年後見サポートセンター支援専門員(嘱託)
採用期間	10月1日～来年3月31日
人数	1人
勤務場所	日立市社会福祉協議会事務局
対象	社会福祉士、介護福祉士、精神保健福祉士のいずれかの有資格者。または福祉や介護に関する相談業務の経験のある方
業務内容	後見制度や制度に関連するサービスに関する相談、後見申し立て手続きの支援、法人後見の業務
選考	書類、面接

申 9月19日(木)(必着) までに履歴

書、職務経歴書、資格の証明ができる書類の写しを直接か郵送で、日立市社会福祉協議会

〒317-0073 幸町1-17-1(ヒタチエ別館3階)

☎87-7222へ \*詳しくは、問い合わせてください。

## 健 康

### がん検診追加募集

検診	対象	定員	実施時期
胃がん	バリウム検査	50歳以上 300人	来年1月まで
	内視鏡検査	200人	来年2月上旬まで
子宮頸がん	医療機関検診	20歳以上の女性 300人	来年2月中旬まで
	集団検診	60人	
乳がん	30歳以上の女性	500人	来年2月末まで
胸部CT	50歳以上	300人	12月上旬まで
大腸がん	40歳以上	500人	来年1月上旬まで

\*定員になり次第受付を終了します。  
\*検診の受け方など詳しくは右記QRをご覧ください。  
\*申し込んだ検診によっては問診票を保健センター窓口まで取りに来ていただきます。



申 9月12日(木)の午前9時から10月31日(木)までに下記QRから

らか電話で、保健センター ☎85-8200へ

間 健康づくり推進課 ☎21-3300

### 認知症予防講演会

場 10月3日(木) 午後1時30分～3時

場 多賀図書館

対 市内在住の方 \*先着50人

内 認知症の正しい知識といつまで

もいきいき脳を保つ秘訣を学びます。講師 和田美弦さん(わだクリニック院長)

申 9月12日(木)から電話で、健康づくり推進課 ☎21-3300へ

### 脳とからだのいきいき健康教室

とき (10月)	内容
9日(水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■認知症予防や食生活、口腔機能向上に関する講話</li> <li>■認知症予防のための有酸素運動、レクリエーションなど</li> <li>■口腔機能向上に資する口腔体操など</li> </ul>
16日(水)	
23日(水)	
30日(水)	

\*10月9日は午後1時までに集合  
\*持ち物 = 室内用運動靴、筆記用具、タオル、飲み物 (動きやすい服装で)

### 場 多賀図書館

対 市内に在住する65歳以上の方(全日程参加できる方、初めて本教室に参加する方を優先)

\*先着30人

内 認知症を予防し、いつまでも自分らしく、いきいきと過ごすための生活習慣について学びます。

講師 歯科医師、健康運動指導士、栄養士、歯科衛生士、地域包括支援センター相談員など

申 9月12日(木)から電話で、健康づくり推進課 ☎21-3300へ

# ひたちの 子育て

## 「本を読んで絵をかこう展」

時 9月13日(金)～29日(日)  
場 多賀図書館1階ギャラリー  
内 夏休みに本を読んで、おもしろかったことや好きな場面などを絵に描いた作品の展示をします。子どもたちの力作をご覧ください。  
問 多賀図書館 ☎33-2655



## 「0、1、2歳のお子さんと遊ぶわらべ歌と絵本のお話」

時 9月25日(水) 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)  
内 講師 原口なおみさん (茨城キリスト教大学教授)  
申 9月12日(木)の午前9時30分から 下記QRから申し込みを。  
問 日立市社会福祉協議会 ☎87-7222



## アイスホッケー無料体験教室

時 9月29日(日) 午前9時～10時30分、午後6時～7時30分  
場 笠松運動公園  
対 4～15歳  
内 滑れない子も大歓迎！プロテクターをつけるので、転んでも大丈夫。アイスホッケーで楽しく体を動かそう。  
料 無料 \*別途スケート貸靴370円  
申 9月24日(火)までに希望の時間と体験希望を明記の上、メールで茨城県アイスホッケー連盟メール [gs@goldstars.jp](mailto:gs@goldstars.jp) ☎90-3444-5507へ

## 十王子どもの広場「フラダンスを楽しもう」

時 9月30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15人 (託児は先着10人)  
内 講師 佐藤幸栄さん (フラ&タチヒアダンス講師) 持ち物 飲み物、汗拭きタオル \*動きやすい服装で(素足または滑りにくい靴下)  
申 9月13日(金)の午前9時30分から 下記QRから申し込みを。  
問 日立市社会福祉協議会 ☎87-7222



## 親子ウクレレ教室

時 10月5日(土)・12日(土)・19日(土) 各日午前10時15分～11時45分  
場 Hiタッチらんどハレニコ!  
子育てサポートエリア  
対 小学生と保護者 \*小学生のみの参加も可  
内 ウクレレの持ち方や簡単なコード、最後は「おどるポンポコリン」を弾けるように学びます。  
\*ウクレレは無料で貸し出しします。

申 9月13日(金)から下記

QRから直接、メール、電話で、Hiタッチらんどハレニコ! メール [kodomo-dai@iaaitkeeper.jp](mailto:kodomo-dai@iaaitkeeper.jp) ☎87-6040へ (午前10時～午後6時)



他はじめて参加する方に、まちのコインを1000タッチプレゼン ト!



## こどもラジオチャレンジ教室

時 11月2日(土) 午後1時～4時  
場 茨城大学工学部(中成沢町)  
対 小学4～6年生 \*先着20人  
内 ラジオの仕組みを学んで、FMラジオの製作キットを組み立てます。  
料 1人500円

## あそびにおいで!! もこちゃんひろば

申 9月23日(月)から10月18日(金)までに下記QRから申し込みを。\*参加の可否は、10月27日(日)までに連絡します。  
問 茨城大学工学部 ☎38-5108



	ふわふわ	とことこ
とき	10月7日(月) 11月11日(月) 10:00～11:15	10月28日(月) 11月18日(月) 10:15～11:30
ところ	多賀図書館 おはなし広場ふわふわ	Hiタッチらんど・ハレニコ! 子育てサポートエリア
対象	未就学児と保護者	
	20組程度	25組程度
内容	低月齢から安心して過ごせる室内遊びが中心です。	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します。

\*多いときは抽選。市内在住の方を優先。  
\*同月の申し込みは1回のみ。

申 10月開催分は9月24日(火)までに11月開催分は10月30日(水)までに 下記QRから直接、電話で、子どもセンター ☎36-0048へ

