

2025年度版

ひたち

暮らしの便利帳

HITACHI CITY LIFE STYLE GUIDE BOOK

いざというときに

日立市ガイド

施設一覧

届け出・証明

保健・健康

福祉・介護

国保・年金

子育て・教育

税金

住宅・宅地

ごみ・リサイクル

水道・下水道

防犯・交通安全

議会・選挙

相談

くらし

コミュニティ

生活ガイド

日立市役所

〒317-8601 茨城県日立市助川町 1-1-1

☎0294-22-3111(代表)



日立市公式LINE

楽しいお出かけ・イベント情報。おトクな情報が満載！災害情報もリアルタイムで発信！

日立市

×

株式会社
サイネックス



「知る」は一生の安心

あなたの明日をリードします!!

無料
相談

受付中

取扱損害保険会社

MS&AD

あいおいニッセイ同和損保



SOMPO

損保ジャパン

取扱生命保険会社

MS&AD

三井住友海上あいおい生命

MS&AD

三井住友海上プライマリー生命



NISSAY



SOMPO

SOMPOひまわり生命



オリックス生命



ソニー生命



「あったらいいな」をいちばんに。
ネオファースト生命

第一生命グループ

ご相談予約はホームページから

アスリード 日立

SEARCH 🔍



株式会社 アスリード総合保険事務所
☎ 0294-33-8898

電話受付時間／平日・土曜日 9:00-18:00



〒317-0064 茨城県日立市神峰町4-12-7 2F

MAIL hello@aslead-insurance.co.jp

FAX/0294-33-8889

❀ ひたち暮らしの便利帳の発刊にあたって

このたび、(株)サイネックスとの協働により、「ひたち暮らしの便利帳2025年度版」を発刊いたしました。

この便利帳は、日立市の特色ある取組や四季折々に楽しめる観光スポットなど多くの魅力を掲載するとともに、市窓口や各種手続きの案内をはじめ、防災や福祉、子育て、教育等の行政情報や医療機関、商工関連、住宅、車、葬祭等の生活情報を掲載するなど、市民の皆様の暮らしに役立つ情報を満載した便利な一冊となっています。

市民の皆様がこの日立市で安心して生き生きと暮らしていただくために有効な情報を掲載していますので、ぜひ、皆様の身近なところに置いていただき、日々の暮らしにご活用いただけますと幸いです。

なお、本冊子の発刊に際し、ご理解とご協力をいただきました事業者の皆様や各種団体の皆様に対し、心より感謝申し上げます。



日立市長
小川 春樹
おがわ はるき



市章



市の花「サクラ」



市の木「ケヤキ」



市の鳥「ウミウ」



市の魚「さくらダコ」

ひたち

暮らしの便利帳

HITACHI CITY LIFE STYLE GUIDE BOOK

令和7年6月発行



見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォントを
採用しています。

無断で複写、転載することをご遠慮ください。

発行

日立市／株式会社サイネックス



日立市HP



サイネックスHP

制作

株式会社サイネックス 東京本部
〒102-0083 東京都千代田区麹町5-3
TEL:03-3265-6541(代表)

広告販売

株式会社サイネックス 水戸支店
〒310-0803 茨城県水戸市城南2-9-12
TEL:029-224-3070

※掲載している行政情報及び広告は、令和7年5月1日現在の情報です。
※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

永井ひたちの森病院

日上市小木津町966

電話：0294-44-8800

- ・日本医療機能評価機構 JC1249-4号
- ・全国健康保険協会管掌健康保険
- ・生活習慣病予防健診実施医療機関
- ・認知症サポート医施設（茨城県日上市医師会所属）

病院待合室



病院食堂



全ては健康のために
医療法人 永慈会



医療・介護はお任せ下さい

0293-20-5530

高萩市有明町2-98



グループホーム&小規模多機能型居宅介護
ひたちの森高萩・スポーツリハビリ高萩

0294-32-7700

日上市東滑川町5-12-1



ひたちの森クリニック
ひたちの森フィットネスクラブ

0294-32-7788

日上市東滑川町5-10-3



社会福祉法人ひたちの森会
特別養護老人ホーム
ひたちの森すこやかビレッジ

0294-28-4466

日上市西成沢町2-22-40



小規模多機能型居宅介護
ひたちの森大吉

0294-80-2230

常陸太田市磯部町90-1



グループホーム&小規模多機能型居宅介護
ひたちの森太田・スポーツリハビリ太田

0294-33-7711

日上市東滑川町5-12-3



海と森のカフェ
就労移行支援施設 Dr's Herb Labo

0294-44-7707

日上市東滑川町5-10-5



社会福祉法人ひたちの森会
障害者グループホーム
ビレッジ一番街

0294-33-7854

日上市十王町伊師725-2



小規模多機能型居宅介護
ハビネス 大安

0294-44-8176

日上市小木津町1020



グループホーム
ひたちの森ガーデン

0294-20-6699

日上市十王町伊師725-1



介護老人保健施設・デイケア
ひたちの森ハピネス

0294-44-8171

日上市小木津町1020



デイサービス
ひたちの森リゾートハッピーデイ

0294-44-8171

日上市小木津町1020



住宅型有料老人ホーム
ひたちの森シニア館

0294-33-8884

日上市小木津町2-8-1



サービス付き高齢者向け住宅
ひふみ館ひたちの森レジデンス

0294-33-6000

日上市本宮町1-2-13



サービス付き高齢者向け住宅
ひふみ館神峰の森レジデンス

0294-33-5880

日上市本宮町1-2-13



グループホーム
ひふみ館神峰の森

0294-33-5870

日上市本宮町1-2-13



小規模多機能型居宅介護
神峰の森吉祥

0294-33-5881

日上市本宮町1-2-13



デイサービス
リゾート神峰の森

0294-85-8333

日上市小木津町田中1967



デイサービス
ひたちの森グリーン倶楽部

0294-85-7575

日上市鮎川町3-1-1



デイサービス
スポーツリハビリ多賀センター

0294-44-7501

日上市折笠町560-2



小規模多機能型居宅介護
豊友館

0294-52-6673

日上市久慈町3-4-14



グループホーム
ひたちの森久慈いろは

職人募集

未経験者も大歓迎

より良い暮らしを共に創る
～お客様の理想を形に～

外構工事・エクステリア工事の株式会社信建

門柱

人工芝

カーポート

外構

エクステリア



あなたの「困った!!」を今すぐ解決／ 町の便利屋ヘルプマン



お墓清掃



害虫駆除



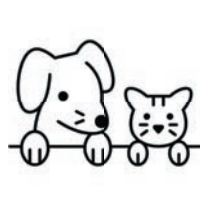
お片付け



小規模解体



買い物代行



ペットのお世話

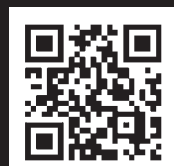
✓地域密着 ✓即日対応OK ✓初回10%OFF!!

HELPMAN
便利屋

ぜひお気軽にお問い合わせください。
0294-87-9775



株式会社信建
茨城県日立市千石町3丁目13番4号
TEL 0294-87-9775



CONTENTS

● もくじ ●



1 発刊にあたって

6 ライフサイクルインデックス



8 家族で防災について話し合おう
地域ぐるみで防災対策をしよう

9 非常持出品などのチェックをしておこう
消火器の使い方を確認しよう
住宅用火災警報器について

10 身近な避難所を確認しておこう

11 避難するときの注意点を把握しよう

12 防災情報の入手方法を知っておこう

13 万が一の原子力災害に備えよう

14 ひたちのプロフィール

16 共創のまちづくり

18 みんなで行こう!日立駅前大型商業施設 ヒタチエ

19 やっぱいいね!日立市の暮らし

20 子育て支援情報

22 就労支援情報

24 高齢者支援情報

26 日立市のオンリーワン!ナンバーワン!

28 イベントカレンダー

30 四季折々に楽しめる!お出かけスポット

32 ひたちのめぐみ「海の幸」・「山の幸」



36 施設一覧

41 届け出・証明

47 保健・健康

52 福祉・介護

67 国保・年金

74 子育て・教育

84 税金

87 住宅・宅地

89 ごみ・リサイクル

95 水道・下水道

99 防犯・交通安全

102 議会・選挙

104 相談

107 くらし

110 コミュニティ

〈 広告 〉

くらしの「困ったな」はお任せ下さい

地元密着 16年
2024年実績 1,393件

他にもイロイロできます!
お気軽にご相談下さい

遺品整理・お片付け

高木伐採

枝払い・丈詰め・剪定

伐採

家屋解体

塀の撤去

草刈・除草管理

駐車場整備・ロープ張り

物置撤去

不用品回収・粗大ゴミ

便利屋 助さん
SUKESAN
0294-32-7288

Good Point!

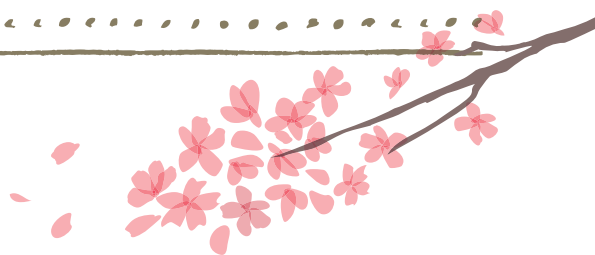
- ① 遠方にお住まいの方は遠隔対応 **OK!**
(電話・動画・写真・LINE)
- ② 公営住宅の返却時の立ち会い **OK!**
- ③ 万が一の時も安心の賠償責任保険 **加入済み**
- ④ HPで料金、スタッフの写真 **公開中**
- ⑤ 女性スタッフもいます

株式会社プラントレーディング
日立市相賀町 2-1

一般廃棄物処理業(登録): 日立市第 696 号 産業廃棄物収集運搬業: 茨城県第 00801195201 号
解体工事業(登録): 茨城県知事(登・26)第 548 号 古物商: 茨城県公安委員会第 401090001710 号



見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォント
を採用しています。



〈 広告 〉

- 114 健康マップ
- 118 茨城県日立市医師会
- 119 日立歯科医師会
- 120 日立薬剤師会
- 121 日立商工会議所
- 121 日立市十王商工会
- 122 リフォームの基礎知識
- 128 空き家 放置して
いませんか？
- 130 愛車の健康法
- 131 日立市を盛りあげる
地元採用企業！
- 132 葬儀について
- 134 エンディングノートを
準備しませんか？



増改築

無料診断致します

事務所・店舗・マンションの改修も
ご相談下さい。

【茨城県庁生活協同組合指定店】 中古住宅・中古マンション・リフォーム調査業務取扱い店

マイホーム改善センター(株)

日立店：日立市本宮町2-4-42
http://www.re-myhome.jp **☎ 0294-21-5599**

どんな工事でも	その	手すり工事	白アリ駆除	雨漏り・水漏れ	建具・畳	換気・断熱工事	サッシ・取替え	雨樋・板金工事	店舗改装	鉄骨工事	解体工事	車庫工事	フェンス工事	土留め工事	ブロック工事	屋根・外壁工事	塗装・防水工事	トイレ改装工事	浴室改装工事	給湯器工事	台所改装工事	改築工事	増築工事	新築工事	設計
---------	----	-------	-------	---------	------	---------	---------	---------	------	------	------	------	--------	-------	--------	---------	---------	---------	--------	-------	--------	------	------	------	----

Megane Salon
TSUTA
眼鏡専門店
メガネサロン 蔦

有限会社メガネサロン蔦
〒319-1221 日立市大みか町3-4-14
[P]駐車場有り

大切な眼鏡を信頼の技術と品質でお届けします

日立メガネ協会 眼鏡作製一級技能士在籍店 詳しくはHPをご覧ください
 【営】10:00～18:00 【定休】木曜日・金曜日 <https://optical-tsuta.co.jp>
TEL 0294-52-3371 [メガネサロン蔦 日立市](#)

月額1GB **990円** (税込)～

スマホもJWAY!

JWAYモバイル

契約からサポートまで
ご自宅でOK!
はじめてでも安心!

今のスマホが
そのまま使える!
※一部非対応の機種あり

※表示の月額料金はスマホセット割適用の料金です。 ※端末代は含まれていません。
※2025年7月時点の情報です。内容は変更となる場合があります。

株式会社JWAY 日立市幸町1-19-1 URL: <https://jway.jp>
営業時間: 9:00-18:00 年中無休(年末年始除く)

HITACHI CITY LIFE STYLE GUIDE BOOK 5



ライフサイクルインデックス

LIFE CYCLE INDEX



- 出生届 43
- 母子健康手帳 47
- 国民健康保険 67

誕生 Birth

赤ちゃんが生まれたら

出生届 43

生まれた日から
14日以内に届け出



転入届 42

転入してきたら
転入した日から
14日以内に届け出

こんなときには
必ずしましょう

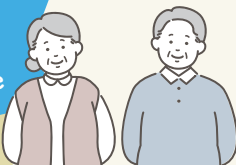
戸籍の届け出・各種登録は

市役所へ

届け出てください。

- 介護保険 63
- 後期高齢者医療 70
- 国民年金 71

老後 Old age



市外へ
転出していくとき

転出届 42

転出前に届け出



婚姻届 43

結婚したら
届け出た日から効力



印鑑登録 43

必要なとき



結婚 Marriage

- 婚姻届 43

家族が亡くなったら

死亡届 43

死亡の事実を知った日から
7日以内に届け出

生活 Life

- スポーツ・文化施設 36
- 税金 84
- 成人の検(健)診 49
- ごみ 89
- 国民健康保険 67
- 上・下水道 95
- 国民年金 71
- ペット関連 109

〈 広告 〉



茨城キリスト教大学附属
認定こども園 みらい園／せいじ園



茨城キリスト教学園 中学校高等学校

茨城キリスト教大学

文学部 生活科学部 看護学部 経営学部 未来教養学環

茨城キリスト教大学大学院

文学研究科 生活科学研究科 看護学研究科

学校法人

茨城キリスト教学園

〒319-1295

日立市大みか町 6-11-1 TEL0294-52-3215(代)





緊急時
Emergency

●防災 8
●救急 51



育児 Child rearing

- 健康診査 47
- 助成・給付金 48
- 予防接種 48
- 保育所(園) 74
- 育児支援 77

教育 Education



- 幼稚園 80
- 小学校 81

成人 Adult

- 国民健康保険 67
- 国民年金 71

市内で
住まいが変わったら
転居届 42
転居した日から
14日以内に届け出

〈 広告 〉

みんなの暮らしをサポートします!

- 一般貨物
- ルート配送
- お引越し
- 生前整理
- ポスティング

一般貨物・ルート配送・引越し・ポスティング
株式会社 ルートサービス茨城 TEL:0294-24-4871

日立市鹿島町3丁目1-2

スタッフ
募集中

パスタ専門店グルービー。
大人気手作り生ドレッシング販売中!
献送迎会・食事会・各種宴会パーティご予約承り中!!

パスタ専門店で盛り上がる
優雅な大人のパーティー

あのグルービーの人気ドレッシングが
ご自宅で楽しめます

● 日立店のご案内 ●

▼営業時間／
平日11:15～15:30、17:30～20:30
平日以外11:15～20:30
(3月、8月は全日11:15～20:30)
▼住所／日立市田尻町4-6-39
▼TEL／0294-44-7111

● 大みか店のご案内 ●

▼営業時間／
平日11:15～15:30、17:30～20:30
平日以外11:15～20:30
(3月、8月は全日11:15～20:30)
▼住所／日立市水木町2-15-48
▼TEL／0294-32-5201

他の8か店(東海本店・勝田店・水戸店・京成店・赤塚店・つくば東大通り店・つくば研究学園店・守谷店)もご利用ください。

<https://www.pasta-groovy.co.jp/> グルービー 株式会社 グルービー

春秋舎では、日常に花を添えるお手伝いや、贈られた方が笑顔になるようなフラワーギフトを心をこめておつくりします。

春秋舎店舗情報

本店(日立市鹿島町)

フラワーエル(ヒタチエ店内)
フローラ滑川店(スーパーマート滑川店内)
フローラ森山店(スーパーマート森山店内)
フローラ那珂店(スーパーマート那珂店内)
フローラ田尻店(スーパーマート田尻店内)
フローラ平沢店(スーパーマート平沢店内)
フローラ諏訪店(スーパーマート諏訪店内)
フローラ塙山店(スーパーマート塙山店内)
エルフラワー(スーパーかわねや南高野店内)

撮影:イダタタオ

毎日の暮らしを美しく彩る花で
心地よい暮らしを



春 秋 舎

お花のこと何でもご相談下さい

TEL 0294-21-1414

Instagram



ホームページ



(株)春秋舎
日立市鹿島町1-12-6



知っておきたい防災情報

いざというときに

災害に直面した時に備え、日頃から対応や予防策を考えておきましょう。



日頃の備え① 家族で防災について話し合おう

月に一度程度定期的に繰り返しておけば安心です。

1 家族一人ひとりの役割分担を決める

- 日常の防災対策の役割と、災害発生時の役割を決めておく。
- 家族に高齢者や障害者、乳幼児などがある場合、面倒を見る人を決める。



2 避難所・避難経路を確認する

- 地域の避難所を確認する。家族が離ればなれとなったときの集合場所も決めておく。
- 休日などを利用し、家族で避難経路を下見する。



3 家族が離ればなれになったときの連絡方法を確認する

- 災害用伝言ダイヤル「171」の使い方を確認する。⇒詳しくは13ページへ
- 遠方に住む親せきや知人をお願いし、連絡をとる方法も。



4 危険箇所をチェックする

- 家の内外に危険なところがないか、チェックする。
- 地震に備えて、家具の転倒防止対策をする。
- 耐震・浸水対策のための助成制度があります。



5 非常持ち出し品をチェックする

- 必要な物が揃っているかチェックする。
- 機器の保存状態や食べ物の賞味・消費期限のチェックも忘れずに。⇒詳しくは9ページへ



6 防災用具をチェックする

- 消火器の使い方を覚えておく。⇒詳しくは9ページへ
- 消火器や救急箱の置き場所、製造年月日、有効期間などを確認する。
- 応急手当の方法を覚えておく。



日頃の備え② 地域ぐるみで防災対策をしよう

日頃から地域の防災活動に積極的に参加し、家族・家を守ろう！

コミュニティが自主防災組織として活動

自主防災組織とは、地域の方々が自発的に防災活動をする組織です。災害時はもちろん、災害後の避難所の管理・運営や、その後の復旧活動などにも大きな力を発揮します。日立市では市内全域でコミュニティを単位として自主防災組織が組織されています。

自主防災訓練に参加しよう

毎年、自主防災訓練を開催しています。積極的に参加し、地域の方々と顔見知りになっておきましょう。日頃からの地域同士のつながりが、災害時に大きな力となります。



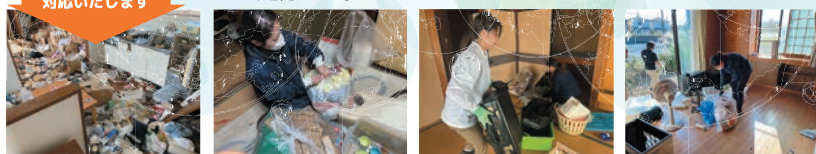
〈 広告 〉

ゴミの事ならお任せください!!

遺品整理・生前整理・不用品回収

不用品1点からお家1軒丸ごとまで対応いたします

タンス・ベッド・家電・玩具・雑誌・衣類・寝具・食器・自転車などの処分はお任せください!



【営業内容】
ハウスクリーニング
草刈り・庭のお手入れ
空き家・空き地管理
等々、お任せください!

見積り無料

笑顔のために
地元の皆様に

遺品整理やハウスクリーニングはプロの私たちにお任せください!!



Empty Base

有限会社 マルイソウビ

日立市十王町伊師 2208-3

施工事例やブログ等、詳細はホームページをご覧ください

マルイソウビ



0294-87-6413

日頃の備え③ 非常持出品などのチェックをしておこう

！ 準備のポイント



- ・災害時に最初に持ち出す「**非常持出品**」と、復旧するまでの数日間を支える「**非常備蓄品**」に分けて用意。
- ・乳幼児がいる家庭は離乳食や粉ミルク、要介護者がいる家庭はおむつや補助具など**各家庭の事情に合わせて**準備。
- ・**必要最低限の荷物を**かさばらないように「**非常用持出袋**」に入れるなど、コンパクトにまとめる。
- ・玄関や勝手口など**すぐに持ち出せる場所**に保管。
- ・災害発生から3日は援助が期待できないため、非常備蓄品は**最低3日分(できれば1週間分)**を各家庭で準備。
- ・一度準備をして安心してしまわず、使用するときには支障がないよう定期的に点検する。特に食品や飲料水は**賞味・消費期限を随時チェック**して入れ替えていくことがたいせつ。

非常持出品チェックリスト

災害発生時に、最初に持ち出すもの。

□ 懐中電灯

できれば1人にひとつずつ用意。予備の電池も忘れずに。(発電式のものもある)



□ 携帯ラジオ

小型で軽く、AMとFMの両方を聞けるもの。最近では手動で充電できるものや、携帯電話で充電できるものなどがあり便利。



□ 非常食・水

缶詰やカンパンなど、火を通さずに食べられるもの。水はペットボトル入りが便利。



□ 貴重品

多少の現金、保険証のコピーなど。公衆電話を利用するための10円玉も。



□ 救急医療品

傷薬、ばんそうこう、解熱剤、かぜ薬などのほか、常備薬があれば必ず用意する。



□ その他

ヘルメット、下着類、軍手、ライター、ナイフ、ティッシュなど。



非常備蓄品チェックリスト

復旧するまでの数日間を支えるもの。

※家族全員が分かる場所に保管しましょう。

□ 食料

缶詰やレトルト食品など非常食3日分を含む数日分を備蓄。高齢者や子ども、アレルギー体質者など配給される食事をとるのが難しい家族がいる場合には、その事情に合った食料を多めに準備。



□ 水

飲料水は大人1人あたり1日3リットルが目安で、最低3日分は用意する。水の配給を受けるためのポリ容器などがあると便利。



□ 燃料

卓上コンロや固形燃料、予備のガスボンベなど。

□ 工具

ロープ、パール、はさみ、のこぎりなど。



□ その他

簡易トイレ、毛布、寝袋、ラップ、食器類、使い捨てカイロ、マスク、シート、照明器具、筆記用具など。



日頃の備え④ 消火器の使い方を確認しよう



①安全栓を上
に引き抜く



②ホースをはずし
火元に向ける



③レバーを
強く握る



④ほうきではなく
ように消火する

日頃の備え⑤ 住宅用火災警報器について

火災による、煙や熱を早期に感知し警報ブザーや音声により知らせる装置です。「電池式」と「家庭用電源(コンセント)式」があります。設置することで、火災発生時の死亡リスクや拡大リスクが大幅に減少します。



〈 広告 〉

確かな技術と確かな信頼

私たちは、安全で快適な暮らしを提供し、明るい未来へと繋ぎます。



この街の灯りの
この街の安全を
私たちの手で。

電気設備工事・電気通信設備工事・消防設備工事
設備点検等メンテナンス・機器及び関連商品販売



株式会社太陽防設

茨城県日立市多賀町 5-7-3

TEL.0294-32-1393



日頃の備え⑥ 身近な避難所を確認しておこう

あらかじめ居住区域や付近の避難所を確認し、避難経路や集合場所を家族で話し合うようにしましょう。

避難所一覧表(令和7年4月現在)

No.	指定避難所名	所在地	備考
1	助川小学校	助川町2-15-1	
2	会瀬小学校	会瀬町2-17-10	
3	宮田小学校	本宮町2-9-1	
4	滑川小学校	滑川本町1-20-7	
5	仲町小学校	宮田町5-5-1	
6	中小路小学校	平和町2-4-1	
7	大久保小学校	末広町1-1-1	
8	河原子小学校	河原子町4-3-4	
9	成沢小学校	中成沢町3-16-8	
10	諏訪小学校	諏訪町3-10-1	
11	水木小学校	水木町1-6-1	
12	大みか小学校	大みか町3-19-15	
13	大沼小学校	東大沼町2-1-8	
14	金沢小学校	金沢町5-2-1	
15	塙山小学校	金沢町2-14-1	
16	油縄子小学校	鮎川町3-11-1	
17	田尻小学校	田尻町4-39-1	
18	日高小学校	日高町2-12-1	
19	豊浦小学校	折笠町741	
20	久慈小学校	久慈町1-23-1	
21	坂本東小学校	南高野町3-21-1	
22	東小沢小学校(旧)	下土木内町617	洪水災害が予想される場合、使用不可
23	櫛形小学校	十王町伊師本郷508	
24	山部小学校	十王町山部841	土砂災害が予想される場合、使用不可
25	助川中学校	鹿島町3-5-1	
26	平沢中学校(旧)	高鈴町1-15-1	
27	駒王中学校	神峰町3-2-32	
28	滑川中学校	東滑川町3-17-1	
29	多賀中学校	鮎川町3-11-2	
30	大久保中学校	末広町5-12-34	
31	河原子中学校	東多賀町4-10-10	
32	泉丘中学校	水木町2-9-1	
33	台原中学校	台原町1-9-1	
34	日高中学校	小木津町3-26-1	
35	豊浦中学校	川尻町3-11-1	
36	松風中学校	久慈町6-20-2	
37	坂本中学校(旧)	石名坂町1-30-1	
38	中里小中学校	東河内町1953-1	
39	十王中学校	十王町友部600	
40	山部地区生活改善センター	十王町山部856-2	
41	伊師浜地区生活改善センター	十王町伊師1329	
42	黒坂地区生活改善センター	十王町黒坂168	土砂災害が予想される場合、使用不可
43	いぶき台団地集会所	十王町伊師3929-3	
44	伊師町田園都市センター	十王町伊師3586	
45	本郷集会所	十王町伊師本郷9-2	
46	城の丘集会所	十王町城の丘1-20	
47	十王スポーツ広場(体育館含む)	十王町友部1936	
48	十王総合健康福祉センター	十王町友部2088-1	
49	東泉寺	十王町友部1782-6	
50	十王交流センター	十王町友部129-2	洪水災害が予想される場合、使用不可

No.	指定避難所名	所在地	備考
51	豊浦交流センター(体育館含む)	川尻町1-40-1	津波災害が予想される場合、使用不可 洪水災害が予想される場合、使用不可
52	日高交流センター(体育館含む)	日高町2-2-1	
53	田尻交流センター	田尻町1-35-1	
54	滑川交流センター(体育館含む)	滑川本町1-21-1	
55	宮田交流センター	本宮町1-6-1	
56	中里交流センター	東河内町1953-2	
57	仲町交流センター	宮田町4-4-15	
58	中小路交流センター	若葉町1-5-8	
59	助川交流センター	鹿島町1-21-7	
60	会瀬交流センター	会瀬町1-1-18	津波災害が予想される場合、使用不可 土砂災害が予想される場合、使用不可
61	成沢交流センター	中成沢町3-6-10	
62	油縄子交流センター	鮎川町2-6-1	
63	諏訪交流センター	諏訪町4-11-1	
64	大久保交流センター	千石町2-4-20	
65	河原子交流センター	東多賀町3-7-5	
66	塙山交流センター	金沢町2-11-5	
67	大沼交流センター(体育館含む)	東金沢町5-7-1	
68	金沢交流センター	大沼町2-3-5	
69	水木交流センター(体育館含む)	水木町2-23-20	
70	大みか交流センター	大みか町3-19-16	
71	久慈交流センター	みなと町3-10	津波災害が予想される場合、使用不可
72	久慈川日立南交流センター	大和田町2208	洪水災害が予想される場合、使用不可
73	かみすわ山荘	諏訪町1439	
74	会瀬青少年の家	会瀬町1-1-20	津波災害が予想される場合、使用不可 土砂災害が予想される場合、使用不可
75	日立武道館	白銀町2-21-15	土砂災害が予想される場合、使用不可
76	暇修館	大久保町4-15-1	
77	日立シビックセンター	幸町1-21-1	
78	日立市民会館	若葉町1-5-8	
79	多賀市民会館	千石町2-4-20	
80	女性センター(鮎川体育館含む)	鮎川町1-1-10	
81	産業支援センター	西成沢町2-20-1	
82	日立北高等学校	川尻町6-11-1	
83	日立第一高等学校	若葉町3-15-1	
84	日立第二高等学校	鹿島町3-2-1	
85	日立工業高等学校	城南町2-12-1	
86	多賀高等学校	鮎川町3-9-1	
87	日立商業高等学校	久慈町6-20-1	
88	茨城キリスト教学園	大みか町6-11-1	
89	日立工業専修学校	西成沢町2-17-1	
90	池の川さくらアリーナ	東成沢町2-15-1	
91	南部支所多目的室	久慈町7-1-1	

日頃の備え⑦ 避難するときの注意点を把握しよう

知っておきたい防災情報
いざというときに

大地震や風水害などの災害が発生し、家屋内にとどまることが危険な状態になった場合は、落ち着いてすばやく避難しましょう。子どもや高齢者など要配慮者の保護を念頭に置き、近隣で協力して避難することがたいせつです。

避難に対する基本的な考え方

○避難は自ら判断を

災害が迫ったとき、置かれた状況は一人ひとり違います。それぞれが自ら判断し、適切な行動を取りましょう。

例えば

- ☐ 土砂災害の危険がある地域に住んでいる
- ☐ 堤防の決壊で家屋消失・浸水の危険がある地域に住んでいる
- ☐ 子どもや高齢者など家族に要配慮者がいる

とにかく早期の避難
を心がけてください



○命を守る最低限の行動を

危険な状況の中での避難はできるだけ避け、安全の確保を第一に考えます。指定された避難場所への移動(①水平避難)だけでなく、命を守る最低限の行動が必要な場合もあります。



○地震が発生したら

地震発生直後は、とにかく落ち着いて行動しましょう。家具が倒れたり落下物に当たったりすることがないように机の下に入ったり、クッション・座布団などで頭を守りましょう。大きな地震でもすぐ揺れるのは長くても1分くらいなので、あわてて外に飛び出したりしないで落ち着いて行動しましょう。



例えば

- ☐ 夜間や急激な降雨で避難路上の危険箇所がわかりにくい
- ☐ ひざ上まで浸水している(50センチ以上)
- ☐ 浸水は20センチ程度だが、水の流れが速い
- ☐ 浸水は10センチ程度だが、用水路などの位置が不明で転落の恐れがある

②垂直避難：屋外への移動は危険。浸水による建物倒壊の危険がないと判断される場合、自宅や近隣建物の2階以上へ一時避難し、救助を待つことも検討してください。

こんなときは急いで避難

- ◆ 市、警察署、消防署、自主防災組織からの連絡・指示があったとき
- ◆ 津波、がけ崩れ、地すべり、土石流などのおそれがあるとき
- ◆ 建物が倒壊するおそれがあるとき



- ◆ 自宅で火災が発生し、火が天井まで燃え移ったとき
- ◆ 近隣で火災が発生し、延焼するおそれがあるとき



安全に避難するために

事前に準備を

ふだんから避難場所までの安全な経路などを確認しておきましょう。



持ち物は最小限に

荷物は背負い、両手ができるようにしましょう。



動きやすく安全な服装で

ヘルメットで頭部を保護しましょう。靴はひもでしめられる運動靴にする。

マンホールや側溝に注意を

急激な大雨が下水管に流れ込んで管内の圧力が上昇し、マンホールのふたが開いてしまう場合があります。浸水が進むなか、マンホールや側溝に落ちると大変危険です。



隣近所で声を掛け合って

避難は2人以上です。隣近所を誘って集団で避難しましょう。

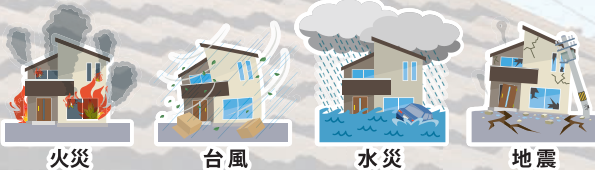
車は使わない

車は数十センチの浸水で浮いてしまいます。他の避難者や緊急車両のさまたげにもなり、危険です。

〈広告〉

頻発する台風や大雨など自然災害に備えましょう

近年、予測出来ない自然災害が増えています。
あなたの大切な家と暮らしを守るために
今から出来る備えを考えませんか？



火災

台風

水災

地震

火災保険・地震保険 保険のプロにご相談ください

- ① 火災、台風、水災、地震など幅広い災害に対応
- ② 補償内容や保険料の見直しもサポート
- ③ 保険のプロがあなたの疑問にお答えします

ICR 株式会社 ほけん相談室
Insurance Consultation Room Inc.

無料相談・電話予約

0120-631-071

営業時間 平日 9:00~19:00

茨城県日立市鹿島町1丁目11-11

※無料相談は土日祝・営業時間外も可



日頃の備え⑧ 防災情報の入手方法を知っておこう

配備している「戸別受信機」

戸別受信機は、市が市民のかたに無償で貸与しているものです。転入などの理由で、まだお持ちでない方は防災対策課にお申し出ください。



市では、防災行政無線（戸別受信機・屋外放送塔）やさまざまな広報手段によって防災情報を発信しています。日頃から、市のホームページを閲覧するなどして、緊急時に活用できるよう備えておきましょう。



(1)受信機の設置

- テレビやパソコンなどの家電製品の近くは、電波を受信しにくいので避けてください。
- 電波は神峰山の山頂から発信していますので、神峰山の方角にある窓際に置いてください。ただし、大みか・久慈学区・坂下地区では、電波は南部支所から発信していますので、南部支所の方角にある窓際に置いてください。

(2)受信の準備

乾電池は災害時のみに使用し、普段はAC電源アダプタをコンセントにつないで使用してください。

(3)受信状況の確認

毎日、16:55に、天気予報を放送していますので、受信状況を確認してください。

放送がうまく受信できない場合は…

- ◆ スイッチ（入・切）を入れ直してください。
- ◆ 電波が発信されている方向の窓に近い場所に置いてください。
- ◆ アンテナは一番長く伸ばし、垂直にしてください。
- ◆ 戸別受信機の近くにテレビ・ラジオなどの機器があると、電波受信状況が悪くなるので、他の機器と離してください。
- ◆ 上記の方法で受信状況が改善されない場合は、防災対策課までご連絡ください。

各種ハザードマップ・防災マップについて

各種ハザードマップ

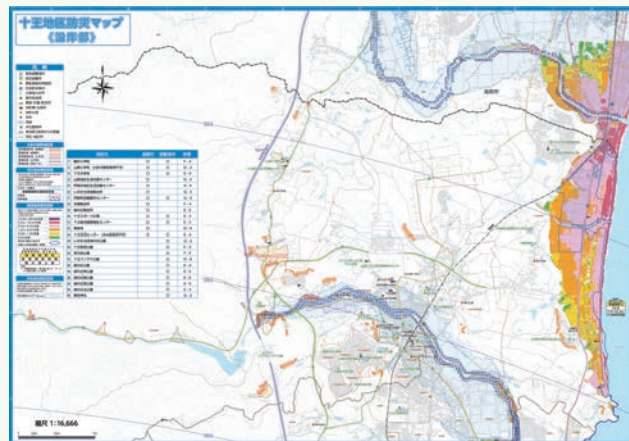
ハザードマップとは、各種災害による被害を予測し、その予測される被害の拡大範囲及び被害程度、また避難場所などの情報を地図上に図示したものです。

地区別防災マップ

日立市では、洪水・内水・土砂災害・津波の災害リスクが一目で分かる、市内を8つの地区に分類した「地区別防災マップ」を配布・公開しています。



市HP



〈 広告 〉

日立の地で創業六十七年 地域にねざし

当社で塗りました。環境に優しい材料を取り入れ、一般住宅の外壁塗装、屋根塗装はもちろん、公共事業や大規模工事に携わっています。

常磐塗装株式会社 塗装工事・防水工事

見積無料

満足し喜んでいただく塗装ダイヤル

0294-22-1611

日立市宮田町3-3-8 (社)日本塗装工業会会員・関東マステック事業協同組合会員

地元茨城で培った信頼と実績で、
今日も安心、安全な施工を行ってまいります。

公共工事（土木・建築）・民間工事・システム建築等を通して街づくりに貢献してきました。

小林建設株式会社

お客様の安心・安全を最優先に、豊富な実績と優れた技術であらゆるご要望にお応えします。

日立市多賀町 3-6-7 TEL0294-36-2318

ENE-FARM

プロパンガス・灯油・住宅器具販売
配管工事・住宅設備機器 販売・取付

有限会社 大森商店

日立市小木津町3-2-16
TEL. 0294-42-4063

日立市の防災情報の広報手段

日立市ホームページ	日立市の防災に関する緊急情報などを掲載します。 https://www.city.hitachi.lg.jp/index.html
日立市天気相談所 ホームページ	日立市の気象情報などを掲載します。 https://tenki.city.hitachi.lg.jp/
防災・防犯情報配信サービス 「安心ひろめーるプラス」	日立市が発信する防災・防犯情報や気象情報をLINEやメールでお知らせします。(事前登録制) https://www.city.hitachi.lg.jp/kurashi_tetsuzuki/anzen_anshin/1004772/1012271.html

その他の防災情報に関するホームページ等

日立市WEB版 ハザードマップ	インターネット上でハザードマップを確認できます。 https://www.city.hitachi.lg.jp/kurashi_tetsuzuki/anzen_anshin/1004772/1004793/1004795/index.html
日立市原子力 災害広域避難計画	原子力災害時における基本的な避難のルールを確認できます。 https://www.city.hitachi.lg.jp/kurashi_tetsuzuki/anzen_anshin/1004772/1004773/1012048.html
いばらき原子力 防災アプリ	自治体からの避難等に関する情報を確認できます。 https://www.pref.ibaraki.jp/bousaiki/genshi/koho/apuri.html
茨城県防災・危機管理 ポータルサイト	県内の避難発令情報や避難所の開設状況、その他防災に役立つサイトです。 https://www.bousai.ibaraki.jp/
気象庁	台風情報、気象情報など、様々な防災情報を確認できます。 https://www.jma.go.jp/jma/index.html
川の防災情報 (国土交通省)	全国の河川の水位や降雨の情報など、水災害に関する様々な情報を確認できます。 https://www.river.go.jp/index

日頃の備え⑨

万が一の原子力災害
に備えよう

原子力災害広域避難ガイドマップ

原子力災害時の避難のルールや
お住まいの地区の避難経路などを
確認できます。



いばらき原子力防災アプリ

原子力災害の発生情報や避難指示を
プッシュ通知で受け取れるほか、避難
先や避難経路を確認できます。



「災害時伝言ダイヤル171」・ 「災害用伝言版」の使い方

災害発生時(震度6弱以上の地震など)にはNTTの災害用伝言ダイヤルが可動します。
災害時は一般電話がつながりにくくなるので、被災地へは電話連絡を控え、災害用伝言
ダイヤル171を活用しましょう。

災害用伝言ダイヤルの使い方

171 ヘダイヤル ※音声案内が流れます

伝言を**録音①**する

被災地の方の
電話番号を入力する

30秒以内で録音

伝言を**再生②**する

被災地の方の
電話番号を入力する

再生

災害用伝言版の使い方(携帯電話から)

災害用伝言版 ヘダイヤル ※「web171」と
検索

伝言を**登録**する

全角100文字以内で
伝言を入力する

登録を選択し完了

伝言を**確認**する

安否確認したい人の
携帯番号を入力する

確認したい日付を選択、状況を確認

〈 広告 〉

地震 風水害 積雪

自然災害への応急復旧活動支援

日立市と災害防災協定締結

市民の暮らしの安全と
安心を守ります!



日立市建設業協会

株式会社 日立建設業協会

日立市神峰町1-1-3 (会員46社)

TEL. 0294-22-6584

FAX. 0294-23-2911

大正10年創業

豊かで夢のある空間創りをめざして



日立土木株式会社

〒317-0073 日立市幸町2-18-5

☎ 0294-22-2121(代)

FAX 0294-23-3775

URL <http://www.hitachidoboku.jp>

ホームページ

Instagram

