



表紙 令和初の成人式

- 4 地域おこし協力隊をご紹介します ほか
- 5 日立税務署から確定申告のお知らせ
- 6 まちの話題
- 8 子育てインフォメーション

- 10 スポーツのお知らせ、生涯現役
- 12 暮らしの情報
- 14 健康をつくろう ほか
- 16 萩っ子の夢 ほか

＼高萩市民の歌月／



＼恩師からのエール／



＼答辞／



▲新成人代表
小宅竜我さん(高萩中学校出身)

文化会館で行われた式典では、大都市長が「柔軟な発想力と失敗を恐れないチャレンジ精神により、これからの未来を創り、これからの高萩市、日本を担っていただきたい」と新成人へ祝辞を贈り、新成人代表の小宅竜我さんが「後世まで残るような輝かしい生き方をしていきたい」と答辞を述べました。

式典後、新成人のみなさんは成人式実行委員会が企画したアトラクションを楽しみ、恩師や旧友との久々の再会を歡びあいました。

第66回 高萩市成人式

1月12日(日)に催された『第66回高萩市成人式』。今年は平成11年4月2日から12年4月1日生まれの男性145人・女性133人の計278人が成人を迎えました。



新成人の目標

今後の目標について、
新成人に聞きました。

信頼される
看護師を目指します。

蛭田 碧唯さん
(高秋中学校出身)



みんなに好かれる
先生になりたいです。

渡邊 里沙さん
(高秋中学校出身)



管理栄養士になって、
未来の旦那さんの
健康管理もします♡

根本 美咲さん
(秋山中学校出身)



責任と自覚を持ち、
父親として頑張ります。

池田 学飛さん
(松岡中学校出身)



経験を積む！
初めてのことに
挑戦したいです。

佐藤 棕太さん
(君田中学校出身)



新成人が生まれた年の出来事

—1999年4月～2000年3月—

- ・ 地域振興券(2万円)を政府が支給
- ・ 石原慎太郎氏が東京都知事に就任
- ・ 松坂大輔投手がプロ入り初登板
- ・ 上信越自動車道が全線開通
- ・ GLAYのライブで幕張メッセ20万人を動員
- ・ 携帯電話・PHSの電話番号11桁化
- ・ ガングロ、ヤマンバギャルが出現
- ・ 流行語に「カリスマ」
- ・ 「だんご三兄弟」が大ヒット



成人式実行委員会

地域おこし協力隊 をご紹介します

本市では、平成28年度より地域おこし協力隊を受け入れており、これまで7名の方に隊員を委嘱してきました。この度、新たに隊員として委嘱した2名の方には、山間部の空き家を活用した民泊推進に係る活動を行ってもらう予定です。

山間地域にある空き家をお貸しいただける人からの
情報提供をお待ちしています。

問合せ 地方創生課 ☎23-2127

きし ふうか
岸 風花
城里町出身 26歳
令和元年12月6日付け委嘱



【抱負】

私はずっと自然に囲まれた場所で生活したいと考えていました。そのような中、高萩アウトドアフィールド「はぎピレッジ」を訪れる機会があり、高萩市の自然あふれる環境に心惹かれ、地域おこし協力隊に応募しました。隊員として、この豊かな自然を活用した民泊を実施し、地域活性化に努めてまいります。民泊では自然との共存を目指し、ヤギやニワトリなどの動物と共に生活できる環境づくりを行うとともに、訪れた人が落ち着ける空間、「また来たい」と思える場所にしていきたいと考えております。経験も少なく未熟ではありますが、よろしくお願いいたします。

やまがた みわ
山形 実和
日上市出身 26歳
令和元年12月6日付け委嘱



【抱負】

私は「地球に生きている」ことを忘れてしまうほど、スポーツ漬けの生活を送ってきました。故にスポーツを辞めたときは、これまで私がどんなものを食べて20年間を生きてきたのかも分からない状態でした。そこからいろいろな場所に足を運び、さまざまな地域の暮らしを見てきました。そしてついに、自分の暮らしを始める場所として私の出身地である茨城県、その中でも地域資源が豊富な高萩市を選択しました。今後は地域おこし協力隊の一員として民泊施設を運営し、この豊かな地域資源や暮らしを多くの方々と共有できるよう努めてまいりたいと考えております。

あなたの空き家や空き店舗を 高萩市物件紹介バンクに登録しませんか？

問合せ 地方創生課 ☎23-2127



高萩市物件紹介バンクとは？

市内に空き物件（空き家や空き店舗）を所有する人に物件を登録してもらい、その情報を市が取りまとめ、移住検討者や利用希望者に広く発信する制度です。空き物件を所有する人、市内へ移住を検討している人、またはバンクを利用希望の人はぜひご活用ください。

高萩市
定住・移住推進
ホームページ



定住移住マッチング助成金制度

バンクへ空家を登録する人、バンクに掲載している空家を取得し本市へ転入した人は、以下の助成を受けられます！

- ①家財等撤去費用助成…10万円上限
(空家所有者・空家取得者)
- ②仲介手数料助成…5万円上限 (空家取得者のみ)
- ③引越し費用助成…10万円上限 (空家取得者のみ)

日立税務署から確定申告のお知らせ

1 医療費控除を適用される人へ

医療費控除は、平成29年分の確定申告から領収書の提出が不要となり、代わりに「医療費控除の明細書」の作成・添付が必要となりました。

なお、税務署から「医療費控除の明細書」の記載内容について確認を求める場合がありますので、領収書は5年間保存する必要があります。

令和元年分の確定申告までは、従来どおり領収書の添付または提示によることもできますが、令和2年分以降は「医療費控除の明細書」の作成・添付が必要となります。

2 公的年金などを受給されている人へ (確定申告不要制度のお知らせ)

公的年金などの収入金額の合計額が400万円以下であり、かつ、公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下であるときは、所得税の確定申告書を提出する必要はありません。



所得税の確定申告が必要ない場合であっても、住民税の申告が必要な場合があります。

なお、所得税の還付を受ける場合や確定申告書の提出が要件となっている控除（例えば、純損失や雑損失の繰越控除など）の適用を受ける場合には、確定申告書の提出が必要となります。

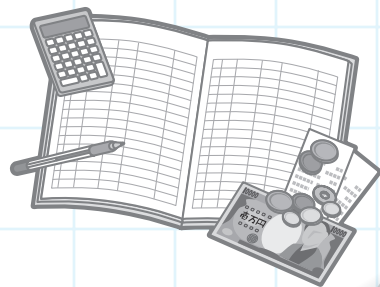
また、平成27年分以後は、外国の制度に基づき国外において支払われる年金など源泉徴収の対象とならない公的年金等を受給されている人は、この制度は適用されません。

3 消費税の確定申告をされる人へ

消費税の確定申告書を作成するには、令和元年10月1日以降の取引について、売上げや仕入れなどを税率（軽減税率8%・標準税率10%）ごとに区分して記帳するなどの経理（区分経理）を行った帳簿が必要となります。

また、令和元年分からは、消費税確定申告書を作成するには、区分経理を行った帳簿に基づき、「課税取引金額計算表」の作成が必要となります。

なお、消費税の仕入税額控除の適用を受けるためには、区分経理に対応した帳簿や受け取った請求書などの書類を保存する必要があります。



■問合せ 日立税務署 ☎0294-21-6346（自動音声案内）



まちの話題

12月14日 お父さんたちの家事力アップ!「おとう飯」



「おとう飯」は、男女共同参画の推進活動をしているグループのハーモニータかはぎが主催する父子料理教室。今回は、お父さんたちの家事力アップを応援するため、おとう飯サポーターの大部市長が「鰯のなめろう」を参加者に伝授しました。

12月7日 駅前を鮮やかに彩るイルミネーション点灯式



高萩駅前を鮮やかに彩る「光のページェントINたかはぎ2020」の点灯式。式典でイルミネーションが点灯されると、高萩駅から常陽銀行までの通りが幻想的な雰囲気に包まれました。イルミネーションによる飾り付けは1月10日まで行われました。

12月1日 新しい消防団車両を配備



消防第20分団（大能地区）の消防団車両を更新しました。新しく配備された車両には小型ポンプを積載したままで給水・放水が可能なシステムが採用されており、団員の労力軽減やけがの防止など、機動性と安全性に優れた車両となっています。

12月18日 地域振興として高級畳を市に寄贈



左から大部市長・今川工場長

大建工業株式会社高萩工場から、同工場で製造された畳を寄贈いただきました。この畳は、和紙を用いながら、デザインや機能性が高められたもの。高萩アウトドアフィールド「はぎビレッジ」のグランピングテントで活用させていただきます。

12月17日 高萩中学校の生徒が海岸清掃活動



高萩中学校の全校生徒が、高浜海岸の清掃活動を行いました。この活動は、11月に同清掃を実施した東小学校的の5年生児童と高萩中学校の生徒会が企画したもの。生徒たちは、海岸に漂着したプラスチック容器や空き缶などを回収しました。

12月14日 高萩のぞみ大学落語&音楽鑑賞会



中央公民館講座「高萩のぞみ大学」オープンキャンパス第2弾として、文化会館で開催されました。社会人落語日本一決定戦第3代目名人の二松亭ちゃん平と東京・神奈川のライブハウスで活動するバンドのブギウギ66が出演しました。

12月20日 歳末交通安全キャンペーン



高萩警察署や交通安全協会高萩支部、交通安全の会、交通少年団高萩団のみなさんが、市役所前の交差点において街頭キャンペーンを実施。ドライバーや道行く人に対して、交通事故防止を呼びかけるなど、歳末の交通安全啓発活動を行いました。

12月20日 歳末の交通安全を祈り餅つき大会



交通安全協会高萩支部が主催する餅つき大会が行われました。大会には高萩警察署や交通安全の会の関係者、交通少年団高萩団の児童が参加。「安全を『もち』帰ろう」と信号機に見立てた3色の餅は、鏡餅にされた後、高萩警察署に贈られました。

12月20日 リトアニアの絵本を市に寄贈



左から大内教育長・草間さん

元市長の草間吉夫さんから、リトアニアの絵本「カケ・マケちゃんとかたづけエルフ」50冊を寄贈いただきました。リトアニアの絵本作家が日本版を出版したもの。市内の幼稚園や保育園ほか、小学校、図書館などに配布させていただきました。



12月22日 観客もみんな口ずさむ 小さな合唱団のつどい



第2回を迎える「県北小さな合唱団のつどい」が文化会館で開催されました。出場したのは、市内や北茨城市を拠点に活動する合唱団など10団体。ステージ上では、各団体が日頃の練習の成果を披露。客席からは、盛大な拍手が送られました。

12月22日 お茶を題材にした カルタ大会



総合福祉センターで「2019郷土お茶カルタ大会」が開催され、子どもから大人まで白熱した戦いを繰り広げました。大会で使用したカルタは、お茶の効能や歴史など、お茶の魅力を多くの人たちに分かりやすく伝えるために手作りされたものです。

12月20日 道路里親制度協定書 調印及び認定証交付式



左から大津市長・安代表取締役・園部所長

道路里親とは、地域の道づくりの一環として、茨城県がボランティアで道路の清掃美化活動に取り組む団体を「里親」として認定するもの。国道461号線の環境美化ボランティアを行う日興建設株式会社が、道路里親団体として認定されました。

1月1日 新年とともに獅子の舞い 元朝ささら



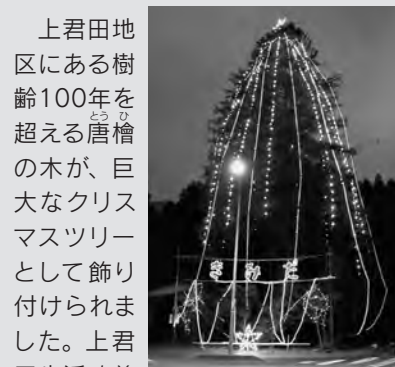
下手綱地区の丹生神社で、新年の無病息災と五穀豊穡を願って棒ささらが奉納されました。丹生神社の棒ささらは市の無形民俗文化財に指定された郷土芸能。年が明けるのに合わせ、棒の先に獅子頭を付けた3匹の獅子が勢いよく舞い踊りました。

12月28日 2020年はどんな年になるかな♪



NPO法人里山文化ネットワークが主催する年末恒例の事業「カレンダーを作ろう!」が中央公民館で開催されました。小学生など22組46人の参加者は、色とりどりの紙を使い、家族の記念日などを入れたオリジナルカレンダーを制作しました。

12月22日 高さ32m! ジャンボ クリスマスツリー点灯式



上君田地区にある樹齢100年を超える唐櫓の木が、巨大なクリスマスツリーとして飾り付けられました。上君田生活改善センターを会場に開催された点灯式では、カウントダウンでLED電球などが一斉に点灯すると拍手や歓声が湧き起こりました。

1月11日 防災・防火を誓い 消防出初式



防災力の強化と防火思想の普及を図ることを目的に、さくら宇宙公園で消防出初式を開催。式典には消防署員や消防団員など約550人が参加。消防団の代表による消防ポンプ操法の実演などが行われると、会場からは大きな拍手が送られました。

1月10日 新年を祝う 令和2年賀詞交歓会



市内の企業や団体の代表者など約230人が出席されました。大津市長は「高萩市がさらに飛躍するように誠心誠意取り組んでまいります」とあいさつ。式典では、声楽家の國井美香さんによる独唱、書家の鈴木赫鳳さんによる揮毫も披露されました。

1月1日 元旦の神輿渡御



元旦の風物詩となった元旦神輿渡御。高浜町の濱会が1年間の無病息災を願って、元日の朝に行っています。津明神社を出発した2基の神輿が、初日の出に染まる高浜海岸の荒波に繰り出すと、訪れた多くの人がたくさんの声援が送られました。

孫育コラム

蜂蜜は 1歳過ぎてから



2017年に、乳児ボツリヌス症で生後6か月の赤ちゃんが亡くなったのは記憶に新しいところ。腸内環境が整っていない赤ちゃんには、蜂蜜は与えてはいけませんし、同様に蜂蜜が含まれているコーンシロップなどの飲食物も与えるべきではありません。ただ、母乳を与えているママが蜂蜜を摂取しても、それは問題にならないとの事。混同しないようにしましょう。

ー孫育ての新常識より引用ー

お子さんの写真を大募集!

お子さんの

・住所・名前(ふりがな)
・生年月日・撮影日・一言紹介

応募者さんの

・名前・電話番号・お子さんとの関係を記入し、メールまたは郵送してください。

※写真のデータの大きさは3MB以下をお願いします。

宛先 〒318-8511 高萩市本町1-100-1
市役所企画広報課宛て
info@city.takahagi.lg.jp



子育てカレンダー

2月

5日(水)	市報2月号発行日
6日(木)	☞ レインボーおはなし会(10:30~11:00)
7日(金)	
8日(土)	☎ 子ども映画会(14:30~)
9日(日)	
10日(月)	
11日(火)	☞ 休館日
12日(水)	
13日(木)	☞ フリーマーケット(10:30~11:30)
14日(金)	総 健康相談(8:45~11:00)
15日(土)	☎ おりがみ教室(14:30~)
16日(日)	
17日(月)	☞ 15:00まで開館
18日(火)	
19日(水)	
20日(木)	☞ 赤ちゃん教室「生活リズムについて」(9:45~11:30) ☞ 参加者以外は11:30から開館
21日(金)	
22日(土)	☎ おはなし会(14:30~)
23日(日)	☞ 休館日
24日(月)	☞ 休館日
25日(火)	総 健康・歯科相談(8:45~11:00)
26日(水)	
27日(木)	☞ お母さんのヨガ教室(10:30~11:00) 予約制
28日(金)	
29日(土)	

3月

1日(日)	
2日(月)	
3日(火)	
4日(水)	総 3歳児健診(12:30~16:00)
5日(木)	市報3月号発行日 ☞ 胸キュン寝相アート(10:30~11:00) 予約制

白抜きは会場

総 総合福祉センター 詳しくは15ページ「すこやか」

☞ 萩っ子つどいの広場(総合福祉センター2F)

☎ 図書館 詳しくは14ページ「図書館だより」

総合福祉センター2F

萩っ子つどいの広場通信

●問合せ 子育て支援課 ☎23-2129

1月の活動

9 レインボーおはなし会

畳のお部屋でおはなし会。大型絵本「パパお月さまとって!」では、橋が出てくると横に長く、はしごが出てくると縦に高くページが広がり、最後に大きな大きな月が現れると「ワー」という歓声があがっていました。



2月の予定

子育てカレンダーも見てね♪

赤ちゃん教室

20 『生活リズムについて』

【対象】未就学児
【持ち物】子供の名札
・飲み物(水・お茶)

もよおし

6 『レインボーおはなし会』

13 『フリーマーケット』

27 『お母さんのヨガ教室』予約制

開館時間のご案内(通常9:00~16:00)

【休館日】 【変則日】

・2/11(火)・2/17(月) 15:00 まで
・2/23(日)・2/20(木) 11:30 から
・2/24(月) ※赤ちゃん教室参加者以外

はぎハピ
QRコード



フリーマーケットを開催します

日時 2月13日(木) 10:30~11:30 ※完売次第終了
会場 総合福祉センター1階 集団検診室

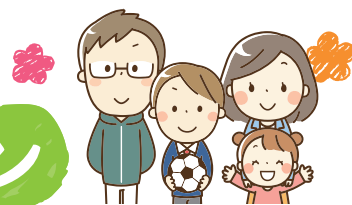
入園・入学用品・フェルト雑貨・小物など、かわいい品物をそろえてみなさんのお越しをお待ちしております。

買い物袋を
ご持参ください



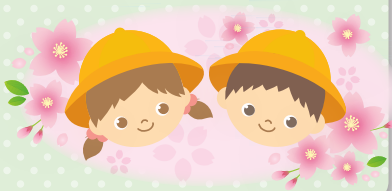
2/13の萩っ子つどいの広場は、午前中、集団検診室に移動になります。遊ぶスペースがありますよ!ぜひ遊びに来てね!

子育てインフォメーション



もうすぐ春

公園の木々の先には新芽が伸び、梅の花が咲き始め、少しずつ春の足音が聞こえてきました。朝晩こそ肩に力が入る寒さもありますが、日中は春のように暖かい日も増えてきました。子どもたちはこの一年、さまざまな経験を通し根っこにたくさんの栄養を蓄えました。卒園・卒業・進級に向けて、伸びやかにさらに成長しようとしています。



風邪の季節に多い脱水症

脱水症は1月から2月に多く発症します。原因として最も多いのは風邪をひいた時で、発熱・嘔吐・下痢といった症状が脱水症を引き起こします。風邪・インフルエンザが流行る冬は、子どもの脱水症の予防に心がけましょう。

経口補水液・お茶・アップルジュース（飲むときは2倍に希釈）などを常備しておくといいですね。



鼻水の上手なかみ方

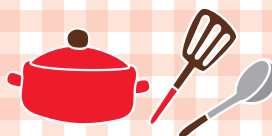
花粉の季節です。こまめに鼻をかんで、鼻水がたまったままの状態を長引かせないようにしましょう。鼻水をためたままにしていると鼻腔内の細菌が増殖し、副鼻腔炎や中耳炎を引き起こす原因となることがあります。

- ◎肌にやさしいティッシュを使う。
- ◎鼻をかむ前に口から息を吸う。
- ◎反対側の鼻を押さえて片方ずつかむ。
- ◎ゆっくり、やさしく、少しずつかむ。
- ◎最後まで強くかみすぎない。



子供が喜ぶ三つ星レシピ！

萩っ子Kitchen



柿のシントー（スムージー）



ベトナム料理研究家
鈴木 珠美さん（高秋大使）レシピ提供

材料（4人分）

- ◆柿の果肉…………… 300g
- ◆グラニュー糖 …… 大さじ4
- ◆コンデンスミルク …… 大さじ3〜4
- ◆水 …………… 1/2カップ
- ◆氷 …………… 適宜

作り方

- ①ミキサーに氷以外の材料を入れてペースト状になるまで回す。
- ②氷を加え、なめらかになるまでミキサーを回し、グラスに注ぐ。





魅せる躍動 北関東総体 2020

夢を追う熱き思い今虹となれ

開催まで
あと188日

マスコットキャラクター
ウイニンくん



©インターハイ

令和2年8月11日(火)～8月14日(金) 高萩市文化会館にて開催

関東高等学校ウエイトリフティング 選抜大会が行われました

令和2年1月11日～12日に神奈川県で1都7県(東京・茨城・栃木・群馬・埼玉・千葉・神奈川・山梨)から選抜された高校生が熱い戦いを繰り広げました。本大会は、3年生が引退し、1・2年生が主役となる初めての大会です。大会では、各都県から男子は最大数で15名、女子は5名の選手が選出され、次世代を担う若い力がぶつかり合います。



令和2年インターハイの選手枠は男子9名(開催県の茨城は16名)であるため、関東選抜大会に出場する選手がインターハイに出場予定の選手となります。本大会では、茨城県代表選手たちも大いに奮闘してくれました(左記写真)。

《茨城県選手上位入賞者一覧》

男子

階級	結果	名前(出身校)	トータル
61kg級	第3位	久保田 智和(石岡第一)	183kg
67kg級	第3位	藤岡 凌大(石岡第一)	195kg
81kg級	第3位	石川 知樹(石岡第一)	222kg
89kg級	第2位	平田 晃己(高萩清松)	218kg
96kg級	第2位	大津 祐貴(石岡第一)	230kg
102kg級	第1位	鈴木 康介(高萩清松)	227kg
+102kg級	第2位	山中 駿輔(石岡第一)	226kg

女子

階級	結果	名前(出身校)	トータル
64kg級	第2位	佐藤 美優(石岡第一)	128kg
76kg級	第2位	松本 彩(石岡第一)	130kg

※トータルとはスナッチ競技とクリーン&ジャーク競技の合計記録となります。

今後、各都県新人大会と関東選抜大会の記録をもとに、ウエイトリフティングの「春の甲子園」ともいわれている全国選抜大会に出場する選手が選考されます。全国選抜大会は3月に石川県で行われます。

学校紹介 (茨城県立高萩清松高等学校)



高萩清松高校ウエイトリフティング部は、創部6年と歴史は浅いですが、昨年の茨城国体で2名が入賞、一昨年のインターハイでは団体5位、個人優勝など輝かしい成績を収めています。現在部員は男子6名、顧問は三浦宏也先生と田中理子先生の2名です。三浦先生は山梨県立吉田高校重量挙部で選手として活躍し、早稲田大学重量挙部では主将を務められました。その後、茨城県教諭として高萩清松高校に赴任し、ウエイトリフティング部を創設しました。「目標・燃焼・感謝」を部訓に掲げ、「全国優勝」「当たり前のことを当たり前に」「チームの強化～報連相～」を目標に、競技を楽しむことや自主性を大切にしながら日々練習に励んでいます。



地元高萩市で団体優勝することが
できるよう、全員で切磋琢磨しながら
練習に取り組んでいます。
応援よろしくお願いします!



スポーツのお知らせ

●問合せ 国体推進課 ☎23-2019



結果

第13回高萩ライオンズカップ 少年サッカー大会

期 日：令和元年11月24日（日）
場 所：サンスポーツランド高萩
結 果：優 勝 FCリリー（水戸市）
 準優勝 松岡SSS（高萩市）
 第3位 久米SSS（常陸太田市）、小名浜FC（いわき市）

お知らせ

令和2年度小・中学校 体育施設の開放

対象団体：市内に在住、在勤または在学するもので組織され、その中に責任者として成人が含まれている10名以上のスポーツ団体。

開放施設：体育館・運動場・武道場（高萩中のみ）

開放期間：令和2年5月1日（金）～令和3年4月30日（金）
 月曜日～金曜日…午後6時～午後9時
 土曜日、日曜日…午前9時～午後9時
 ※小学生で構成された団体が、平日に小学校を利用する場合のみ午後4時から利用可能です。

申込方法：所定の申請書等に必要事項を記入のうえ、2月29日（土）までに市民体育館へ提出してください。なお、申請書等は市民体育館および教育委員会窓口で配付します。

募集

たかはぎさくら宇宙公園 クロスカントリー参加者

期 日：令和2年4月26日（日）

※雨天決行（荒天中止）

コース：さくら宇宙公園周回コース

部 門：1.5kmの部 ①親子（小学1～3年生）
 ②小学生男子（4～6年生）
 ③小学生女子（4～6年生）
 3.0kmの部 ①中学生男子
 ②中学生女子
 6.0kmの部 ①男子39歳以下（高校生含む）
 ②男子40歳～59歳以下
 ③男子60歳以上
 ④一般女子（高校生含む）

参加料：小・中・高校生 1,500円
 親子・一般 2,500円

申込方法：3月24日（火）までに所定の申込書に必要事項を記入の上、郵便局にてお申し込みください。なお、申込用紙は市民体育館および教育委員会窓口で配付します。

主 催：高萩市体育協会



“健康寿命をのばす私の健康法”

生涯現役 いきいき元気



有井 勝己さん
（島名）

「健康には『身体の健康』と『頭の健康』の二つあると思います。生涯現役であるためには、どちらも大切なことですね。」と
 柔和な笑顔で話してくれたのは、千代町団地自治会会長の有井さん。

元氣な有井さんの『身体の健康法』は、毎日ウォーキングをすること。持病の腰痛予防のために毎日一万歩を目標として始めたのがきっかけでした。なるべく車を使わない生活を心掛け、愛用の万歩計を常にポケットに入れて歩き、脚・腰・内臓の健康維持に努めています。万歩計の歩数データは、パソコンに取り込んでグラフ化して記録。目に見える記録はやる気につながり、歩いた累計距離を旅に見立てると、毎日コツコツ歩くのが楽しくなってきたそうです。東京／大阪間500km達成！札幌／鹿児島間2,400km達成！と頑張り続け、開始から14年で遂に地球一周40,075kmを達成しました。（一步179cmで算出）
 また、病氣は早期発見が肝心と考え、30歳から毎年欠かさず人間ドックを受診して、健康管理に気を付けています。

そして『頭の健康法』は、趣味の囲碁を楽しむこと。定年退職後、本格的に囲碁の勉強をして、日本棋院からアマチュア三段の免状を受けました。毎週1・2回は碁会所で対局をしたり、毎週日曜日には「高萩子ども囲碁教室」で仲間3名と一緒に小学生に囲碁を教えたり、積極的に活動しています。

「健康寿命をのばすために、身体と頭の運動は重要です。囲碁は認知症予防にもなるので続けたいし、ウォーキングも体力の続く限り、継続したいです。最近では1日八千歩を目標にマイペースで歩いています。」と語ってくれました。

暮らしの情報



おしらせ バイク・軽自動車の 廃車名義変更の 手続きは3月中に

軽自動車税は4月1日現在に所有している人に課税されます。現在使用していない場合も登録が残っている間は、軽自動車税がかかります。既に使用していない場合は廃車の手続きを、譲渡している場合は名義変更の手続きを、車両を転出先の市区町村に持ちこたなり継続して使用している場合には住所変更の手続きを行ってください。なお、車種により手続き場所と必要書類は異なります。軽自動車、小型二輪・軽二輪についてはそれぞれ管轄の機関にお問い合わせください。原付・小型特殊については下表を確認のうえ手続きをしてください。

▼手続き・問合せ

【軽自動車】

軽自動車検査協会茨城事務所
☎050-3816-3105

【小型二輪・軽二輪】

関東運輸局茨城運輸支局
☎050-5540-2017

【原付・小型特殊】 税務課 ☎23-2115

原付・小型特殊の申告に必要なもの	
廃車	ナンバープレート、標識交付証明書、登録している人の印鑑
名義変更	ナンバープレート、標識交付証明書、新旧所有者の印鑑 ※なお、市外の人に譲渡した場合は、廃車の手続きとなります。
住所変更 (市外に転出した人)	ナンバープレート、標識交付証明書、登録している人の印鑑 ※現在お住まいの市区町村で新規登録の手続きが必要となります。

おしらせ 「高校2年生対象 北茨城市・高萩市 企業説明会」開催

市役所以外から

北茨城市、高萩市、北茨城市商工会、高萩市商工会およびハローワーク高萩では、令和元年度高校2年生対象「企業説明会」を開催します。
※会場は混雑が予想されます。

▼日時

2月20日(木)・21日(金)
午後1時30分～3時30分

※受付 午後1時～

▼場所 総合福祉センター

▼対象 令和3年3月卒業予定の北茨城市・高萩市内高等学校および近隣の高等学校生徒(各日200名程度)

※保護者も参加できます。

▼参加事業所 北茨城市・高萩市に就業場所のある事業所(各日25社程度)

▼問合せ ハローワーク高萩 ☎22-2549

おしらせ 市民と自衛隊の集い 〜陸上自衛隊 施設学校音楽隊 第30回定期演奏会〜

▼日時

3月7日(土)午後2時開演

※開場午後1時

▼場所

ひたちなか市文化会館大ホール

▼演奏曲目

東京オリンピッククマールチ、デイズニーフアンティリユー、ジョン、ハウルの動く城ほか

▼ゲスト

水戸女子高等学校吹奏楽部

▼入場料 無料(要整理券)

※整理券は正午より配布

▼問合せ

陸上自衛隊勝田駐屯地広報班
☎029-274-3211
(内線291)

募集 第12回 クラフトフェア in高萩の出店者

今年も市民体育館の屋内(土足厳禁)と屋外にブースを設けます。

▼日時

7月18日(土)・19日(日)
午前10時～午後4時
(日曜日は午後3時まで)

▼場所

市民体育館

▼対象 出店品はご自身にて製作された作品に限ります。

▼出店費 屋内3,500円・屋外3,000円(1ブース2日分の料金)

※体験コーナーを開設する場合は1,500円(1ブース分)

▼申込み

3月14日(土)までに事務局へ電話

▼問合せ

クラフトフェア事務局
江本さん
☎080-3257-0648

この有料広告の収入で、まちづくり団体に助成しています。

いばらき

シニアカード

毎月 5.15.25 日

サービス券 5倍 差し上げます

お茶・海苔・茶道具・お引物類

株

大貫園

〒318-0032 高萩市大和町2-49

☎0293-22-3247

有料広告

明秀学園日立高等学校

MEISHU HITACHI

夢を目標に変え 目標を確実にする
そのために明秀日立は 3 コース

特進 ST コース

特進 S コース

特進 A コース

〒317-0064 茨城県日立市神峰町 3-2-26

TEL 0294-21-6328 URL <http://www.meishu.ac.jp>

有料広告

市報たかばぎ 2020.2 12

無料の相談

市内に住所を有する人が対象です

■法律相談(予約制)

日時: 2月28日(金) 午後1時30分~3時30分
場所: 市役所3階会議室
相談員: 茨城県弁護士会所属の弁護士
申込み: 2月25日(火)の午前8時30分以降に電話で企画広報課へ。
定員: 6人(先着順)。
相談時間は1人20分程度。

●企画広報課 ☎23-2118

■行政相談

日時: 2月13日(木) 午後1時30分~3時
場所: 市役所1階会議室

●行政相談委員

棚谷 穂さん ☎23-0141
矢代 博一さん ☎22-4365

■家庭児童相談(予約制)

日時: 2月4日(火)
午後1時30分~4時30分
場所: 市役所1階会議室
内容: 養護・障害・非行・育成など
相談員: 児童相談所の児童福祉司・家庭児童相談員
申込み: 電話で下記へ。

●子育て支援課 ☎23-2129

■年金相談と年金請求(予約制)

日時: 2月18日(火)
午前10時~12時、午後1時~2時
(相談時間は1人30分)
場所: 市役所2階会議室
申込み: 相談日の1カ月前から予約可。
電話で下記へ。

●日立年金事務所 お客様相談室 ☎0294-24-2193

■心配ごと相談(予約制)

一般相談(民生委員)
2月13日(木) 午後1時~3時
法律相談(弁護士)
2月20日(木) 午後1時~3時
※相談は要予約(ただし、当日は午前10時まで)
定員: 一般4人・法律5人(先着順)
※法律相談には、弁護士のほか、一般相談員(民生委員)も同席します。
場所: 総合福祉センター内の会議室
●社会福祉協議会 ☎23-8341

■消費生活関連の相談

開設日: 平日の午前9時~正午、
午後1時~5時(祝日除く)
●消費生活センター(市役所2階)
☎23-2114

トイレの汲み取りの休み

2月 9日(日)、11日(火・祝)、16日(日)、
22日(土)、23日(日)3月 1日(日)、7日(土)、8日(日)、15日(日)、
20日(金・祝)、22日(日)、29日(日)

●問合せ 花貫クリーンセンター ☎22-4318

日曜救急医療当番医です

〔時間〕午前9時~午後4時

2月 (一次救急医療機関名)

日	病院・医院名(所在地)	電話
2日	松岡クリニック(下手綱)	(22)1000
9日	滝川医院(春日町)	(23)3100
16日	たばたクリニック(高戸)	(20)5511
23日	樋渡医院(大和町)	(23)2928

3月

日	病院・医院名(所在地)	電話
1日	石川内科クリニック(安良川)	(44)3366
8日	おしま内科・消化器内科クリニック(東本町)	(44)6300
15日	高萩それいゆ病院(上手綱)	(24)0770
22日	やすらぎの丘温泉病院(下手綱)	(24)1212
29日	滝川医院(春日町)	(23)3100

●小児の二次救急医療機関(日立総合病院) ☎0294-23-1111 (代表)

●小児以外の二次救急医療機関(県北医療センター高萩協同病院) ☎23-1122 (代表)

●急な病気で心配な時

相談先	受付時間	電話番号
茨城おとな救急電話相談	24時間365日	プッシュ回線の固定電話、携帯電話から 短縮ダイヤル #7119 または、03-5367-2365
茨城子ども救急電話相談	24時間365日	プッシュ回線の固定電話、携帯電話から 短縮ダイヤル #8000 または、03-5367-2367

人口と世帯

令和2年1月1日現在(前月対比)

人口 27,784人(-18人)

男 13,773人(-7人)

女 14,011人(-11人)

12月 出生数 5人(-3)

死亡数 36人(+16)

転入 49人(-5)

転出 36人(-32)

世帯 11,607世帯(+4世帯)

※平成27年国勢調査の確定値を基準に算出しています。



高萩市内の交通事故概況

(R2.1.19現在)(前年比)

人身事故発生件数 2件(-1)
死者数 0人(±0)
負傷者数 3人(-6)

市民サービスコーナー

【毎週日曜日】 8:30~12:00
13:00~17:15市民課
☎23-2116

- ◆住民票の写しの交付 ◆印鑑登録 ◆印鑑登録証明書の交付
- ◆全部事項証明【戸籍謄本】の交付 ◆軽自動車税用住所証明書の交付
- ◆個人事項証明【戸籍抄本】の交付 ◆戸籍の附票の写しの交付
- ◆ピン・ベットの用紙の配布

税務課
☎23-2115

- ◆市県民税課税所得(非課税)証明書の交付
- ◆納税証明書の交付
- ◆台帳記載事項証明書の交付(固定資産評価証明など)
- ◆所在証明書の交付(法人課税台帳等記載事項)
- ◆市税等の収納(固定資産税都市計画税、軽自動車税、市民税県民税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、保育料)

市役所の休日窓口

【土・日・祝祭日】 8:30~17:15

水道課
☎22-3652

- ◆水道の開栓・閉栓 ◆水道料金収納
- ◆水道料金口座振替変更手続き ◆使用者名の変更等の手続き

食品等の放射性物質測定をご利用ください

(自家栽培作物、井戸水、畑の土など ※要予約)

【受付時間】10:00~16:00

【受付場所】危機対策課(市役所3階) ☎23-2215

(月、火、木、金 ※祝祭日を除く)

この有料広告の収入で、まちづくり団体に助成しています。

行政書士
ひろき法務事務所

許認可申請 遺言 相続

〒318-0031 茨城県高萩市春日町2丁目19番地ふらわあビル101

TEL: 0293-20-1017 FAX: 0293-20-1018

行政書士ひろき法務事務所

検索

有料広告

JUADA 認定ドローンスクール

TAKAHAGI YOU FIELD SKY FC

ドローンサッカークラブチーム誕生!

★随時メンバー募集中★

対象者: 8歳以上
詳細はHPをご覧ください
ドローン エンジニア ラボラトリー

高萩市大字下君田682
高萩ユーフィールド(旧君田小中学校)

https://www.you-field.com TEL 0293-28-0071

有料広告

健康をつくらう!



県北医療センター
高萩協同病院
茨城県厚生連統轄
病院長補佐
循環器内科医師
わたなべ しげあき
渡辺 重行 先生

『血圧を測っていますか?』

こんにちは!今日は、健康に一番大事な血圧のお話をさせていただきます。

2019年、日本高血圧学会は、血圧の目標値を引き下げ、125/75mmHg以下とするように勧告しました。これは、これより血圧が上がってしまうと心血管疾患(脳卒中と心疾患)が急激に増加するため、実際、上の血圧が2mmHg上昇するごとに心血管疾患の発生が16%も増加してしまいます。

そんなことも知らずに、やれ私は血圧が高いほうが元気だとか、塩分に気をつけているからこんなもので大丈夫だろう、とか言っている日本人の何と多いことでしょうか。仮に上の血圧が160mmHgもあるのにそのままにしていると、心血管疾患は正常な人の13.4倍も起こりやすくなります。

ではどうするか、といいますと、

- ①毎朝、起きて1時間以内に2回血圧を測りましょう。
- ②1週間以上測定したら、2回目の測定値のおおよその平均をみて、それが、125/75mmHg以下となっているかを見ます。
- ③もしそれが、135/85mmHg以上などの高値であれば、決してほっておいてはいけません。医師にぜひご相談ください。

防災コーナー

公衆無線LAN環境整備

災害発生時の情報伝達手段を確保するため、災害拠点となる市役所庁舎と指定避難所に、公衆無線LAN(Wi-Fi)環境を整備しました。

この公衆無線LANは、平常時でも利用することができます(一部の施設を除く)。



▽公衆無線LAN(Wi-Fi)が利用できる施設

<災害時・平常時に利用可>

- 高萩市役所
- 総合福祉センター
- 高萩ユーフィールド
- 明秀学園日立高萩キャンパス



<災害時のみ利用可>

- 高萩高等学校
- 高萩清松高等学校



■問合せ 危機対策課 ☎23-2215

図書館だより



図書館カレンダー ●は休館日

	日	月	火	水	木	金	土
							1
2月	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
3月	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14

【開館時間】

11~2月	9:30~17:00
3~10月	9:30~17:50
土・日・祝日	9:30~17:00
水曜日	9:30~18:50

■問合せ 図書館 ☎23-7174

2/8(土) 14:30~ 子ども映画会

- トムとジェリー

2/15(土) 14:30~ おりがみ教室

- おひなさま ●びょうぶ

2/22(土) 14:30~ おはなし会

- 絵 本 もちっこやいて
- 紙 芝 居 まめまきまかせて!
- パネルシアター 花のき村と盗人たち



新 刊 案 内 温まります!



文豪が泊まった
温泉宿50
週刊朝日編集部
朝日新聞出版



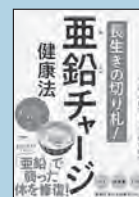
これ1本でなんでも編める!
輪針で編むニット
レディファティックス
ブティック社



作って遊ぶ!
忍者になるおもちゃ図鑑
木村 研
講談社ビーシー



実践テクを極める!
ホルダリング
レベルアップのコツ
渡邊 敦馬
メイテュニバーサルコンテンツ



長生きの切り札!
亜鉛チャージ健康法
平澤 精一/岸村 康代
アスコム



すこやか

～「すこやか生活」たかはぎFMで放送中～

毎月第2・4火曜日の12:00～13:00
今月のテーマは「健康づくりのための運動」です。

令和元年度 歯周病検診のお知らせ



歯周病は慢性の病気で痛みを伴わないため、気がついたときには歯が抜けてしまうなど手遅れになっている場合が多い病気です。

ぜひ、この機会に検診を受けて歯周病のチェックをしましょう。

【検診日】 2月28日(金)、3月19日(木)

【時 間】 *完全予約制です。

10:00 10:20

10:40 11:00

11:20 11:40

13:00 13:20

13:40 14:00

14:20 14:40

15:00 15:20

【会 場】 総合福祉センター歯科室

【対 象】 20歳代～80歳代の市民

【料 金】 無料

【内 容】 日本歯科大学生命歯学部歯周病学講座

関野 愉 先生

●問診

●口腔内検査(歯の状態、歯茎の状態などの精密検査)

●結果説明

【申込み・問合せ】 健康づくり課 ☎24-2121



2月・3月の行事

会場：総合福祉センター 予約先：健康づくり課 ☎24-2121

※会場については、変更になる場合があります。

行事内容	実施日	時 間	対 象 者
健康相談	2月14日(金)	8:45～11:00	市内在住の希望者
赤ちゃん教室	2月20日(木)	9:45～11:30 (受付9:45～10:15)	1歳までのお子さんと保護者
こころの相談 (精神保健相談員等の相談)	2月21日(金)	9:30～12:00	市内在住の希望者(*予約制)
健康・歯科相談	2月25日(火)	8:45～11:00	市内在住の希望者(*歯科相談のみ予約制)
歯周病検診	2月28日(金)	10:00～15:20	20歳代～80歳代の希望者(*予約制)
3歳児健診	3月4日(水)	12:30～16:00 (受付12:30～13:30)	平成29年1月・2月生まれの幼児

※幼児健診については個人通知しますので、日程・会場等ご確認ください。

善意の窓

ありがとうございました

～社会福祉協議会へ～

<金員預託>

- 高萩健志会 50,000 円
- 増田立輝・悠利兄弟 50,000 円 ●匿名 14,246 円

<物品預託>

- JA常陸高萩地区女性部高萩支部 もち米90kg
- 使用済み切手・テレカ、ペットボトルキャップ、プルタブ
- 収集にご協力いただきまして、ありがとうございました。

市報たかはぎ1月号に関するお詫びと訂正

1月5日発行の市報たかはぎ13ページ『善意の窓』の一部に誤りがありました。

正しくは、下記のとおりです。

OOT { 竹友会
カラオケ道場一心 30,000 円
T&K ミュージック企画

お詫びして訂正します。

この有料広告の収入で、まちづくり団体に助成しています。

第一学院独自の「プラスサイクル指導」で
自分を好きになる、未来が変わる!

■本校通学コース ■Mobile High School (通信) コース

通信制高校 (広域通信・単位制)

第一学院高等学校 高萩校

令和2年度 一般入試

第2期
入試日 2月15日(土)
出願期間 2月10日(月)～2月14日(金)

第3期
入試日 3月24日(火)
出願期間 3月13日(金)～3月19日(木)

TEL 0293-20-5804

〒318-0001 茨城県高萩市赤浜2086-1
E-mail: takahagi@daiichigakuin.ed.jp
URL: www.daiichigakuin.ed.jp 教育相談担当: 鈴木

有料広告



萩っ子の夢

秋山幼稚園



ますだ えいす
増田 瑛洲

幼稚園の園長先生に
なりたい
ピアノを弾いたり、
一緒に遊んであげたい



わたのき りの
綿引 梨乃

ネイル屋さんになりたい
みんなの爪を
キラキラ☆
キレイにしてあげる



あんどう そうま
安藤 颯真

消防士になりたい
みんなを助けたいから、
トレーニングや
訓練を頑張る



まつむら すばる
松村 昂

ピアノの先生になりたい
音楽はとっても
楽しいよ♪
みんなに教えてあげる



きよかわ はるか
清川 遥加

ケーキ屋さんになりたい
うさぎさんやくまさんの
カワイイケーキを
たくさん作る

高萩まちづくり大会を開催します

高萩市では市民主体のまちづくり活動を推進していくため、市民のみなさんの自由な発想による自主的な取り組みを支援し、魅力と活力のある市民主体のまちづくりを応援しています。

市民のみなさんはもちろん、まちづくりに興味のある人は、ぜひご来場ください！

日時 2月15日(土) 10時～11時30分 ※受付は9時40分～

会場 中央公民館 2階 大会議室

参加費 無料

内容 ●高萩市地域おこし協力隊活動報告
●令和元年度高萩まちづくり支援金交付団体事業発表 ●意見交換会

問合せ 地方創生課 ☎23-2127

※高萩まちづくり支援金の財源の一部は、市報等の有料広告収入で賄われています。



ひな祭り

今年も桃の節句にちなんだ展示やイベントが開催されますので、ぜひお出かけください。

	ひな人形展示	つるし雛飾り	第12回 高萩手作りひな人形まつり		高萩ひな祭り コンサート2020
			作品展示	ひな人形作り教室	
日時・場所等	2/8(土)～3/8(日) 9:30～17:00 ※月曜休館	2/18(火)～3/3(火) 10:00～16:00 ※最終日は15:00まで	2/18(火)～3/3(火) 10:00～16:00 ※最終日は15:00まで	2/20(木)・21(金) 27(木)・28(金) いずれも10:00～12:30	3/1(日) 13:30開場 ※14:00開演 ※文化会館等にて 入場券販売中
	◆歴史民俗資料館 (図書館南側)	◆穂積家住宅	◆市民センター ◆高萩やすんでっ亭 ◆駅前地区商店街	◆市民センター2階 ・先着25名 ・参加費600円(材料代) ※針等は用意して あります。	◆文化会館 ・入場料 大人500円 (高校生以下は無料で すが、3歳以上は入 場券が必要です。)
問合せ	歴史民俗資料館 ☎ 23-7229	生涯学習課 ☎ 23-1132 穂積家住宅 ☎ 24-0919	NPO法人里山文化ネットワーク ☎22-3650		文化会館 ☎ 23-7411