



枯草（空地）の出火にご注意！

枯草は、たばこの投げ捨てや子供の火遊びなどの小さな火から簡単に燃え広がります。特に建物周辺の枯草は、いったん火災が発生すると住宅や山林などへ燃え移る可能性があり、大変危険です。

これからの季節は空気が乾燥し、枯草等の火災が発生しやすくなります。空地周辺の安全のため、枯草の刈取りを行い適切な方法での処分をお願いします。

消防署では、枯草の調査を実施し、状況によっては除去の依頼を行いますのでご協力をお願いします。



○問合せ 高萩消防署 警防・救急救助グループ ☎ 22-0119

高萩のぞみ大学・幸福大学 オープンキャンパス第2弾 「音楽観賞会」☆☆優美なひと時をみなさんと・・・

ぜひ、皆様お誘いあわせの上、お越しください。

日 時	12月15日（火）14：00～（開場 13：30） 15：30 終了予定
場 所	高萩市文化会館ホール（高萩市高萩6）
内 容	（第1部）懐かしのTV テーマソング （第2部）昭和のメロディー
出 演 者	大和田靖子（ソプラノ）、長嶋 優衣（フルート） 小溝 真紀（エレクトーン）、木村 早紀（ピアノ）
入 場 料	無料
定 員	670 人 ※どなたでも入場できます。

○問合せ 高萩市中央公民館 ☎ 23-1125

認知症サポータースキルアップ講座の受講者募集

すでに認知症サポーターとなっている方で、「もっと認知症について知りたい」、「認知症の方の手助けをしたい」と思っている方に向けて、スキルアップ講座を行います。

日 時	平成 28 年 1 月 15 日（金）13：30～15：00
場 所	高萩市総合福祉センター 2 階 研修室（高萩市春日町3-10）
対 象	今までに「認知症サポーター養成講座」を受講したことがある方 ※受講したことがない方はお問い合わせください。
内 容	①認知症について深く学ぶ ②認知症の方への対応を学ぶ ～寸劇を交えて～
定 員	50 人
受 講 料	無料
申 込 み	平成 28 年 1 月 8 日（金）までに電話で高齢福祉課（☎ 22-0080）へ。

○問合せ 高齢福祉課 地域包括支援グループ ☎ 22-0080

男性のヘルシーキッチン教室の参加者募集

食事は生活の楽しみのひとつです。しかし、好きなものばかりを食べたり、健康に良いからといってひとつのものを食べ続けるのは好ましいことではありません。

この機会に正しい食習慣を身につけて、いろいろな料理にチャレンジしてみませんか。毎日の食事を楽しくするために食生活改善推進員（ヘルスマイト）と一緒にあなたの食生活について考えてみましょう。



日 時	12月9日（水）、10日（木） 10：00～12：30（受付9：45～）
場 所	高萩市総合福祉センター 2階栄養室（高萩市春日町3－10）
定 員	各20人（先着順）※定員になり次第締め切ります。
対 象	市内在住の男性の方
内 容	講話（減塩・野菜の摂り方）・調理実習・試食など
参 加 費	300円（材料代・テキスト代含む）
メニュー	中華丼、サバの味噌煮、肉じゃが、豚汁 など
持 ち 物	エプロン・三角巾・米0.5合・筆記用具
申 込 み	電話で健康づくり課（☎24－2121）へ。 申込み期間：12月7日（月）～土日祝日除く

○問合せ 健康づくり課 保健予防グループ ☎24－2121

シルバーリハビリ体操指導士3級養成講習会の受講者募集

介護予防の推進をするため、シルバーリハビリ体操の普及を行うボランティアとして、「シルバーリハビリ体操3級指導士」の養成を行います。

日 時	平成28年 1月21日（木）・1月25日（月）・1月28日（木） 2月4日（木）・2月8日（月）・2月15日（月） 10：00～15：45 ※初日と2日目は9：45～
場 所	高萩市総合福祉センター2階 研修室（高萩市春日町3－10） 茨城県立健康プラザ（初日のみ）＊市のバスを利用
受講資格	1 高萩市民 2 常勤の職についていない満60歳以上の方 （50歳代の方も申込可能。ただし、60歳以上の方が優先） 3 全日程参加できる方 4 受講後、高萩市シルバーリハビリ体操指導士会に所属し、地域で体操普及のボランティア活動ができる方
内 容	解剖運動学の講義、シルバーリハビリ体操（実技）等 ・体操の理解に必要な知識や体操を楽しく学びます。 ・「シルバーリハビリ体操」は、茨城県立健康プラザ大田仁史先生が考案した、介護予防のための体操で、いつでも、どこでも、一人でもできる体操です。 ・講習会の全日程を修了し、認定の基準を満たした方に、茨城県知事の認定証が交付されます。 ＊詳細については、申込者に後日通知します。
募集人数	20人
受 講 料	無料（ただし、昼食は各自用意）
申 込 み	平成28年1月5日（火）までに電話で高齢福祉課（☎22－0080）へ。

市内16か所の
「元気アップ運動教室」で
80名の指導士が
活躍しています！

○問合せ 高齢福祉課 地域包括支援グループ ☎22－0080

年末の交通事故防止県民運動・犯罪抑止活動を実施します

この時期は、日没時間が最も早く、夕暮れから夜間にかけての交通事故が多く発生します。交通ルールやマナーの遵守を習慣付けて交通事故防止の徹底を図りましょう。

また、地域で連携して防犯活動を行い、犯罪を未然に防ぐよう努めましょう。

年末の交通事故防止県民運動	
期 間	12月1日（火）～31日（木）
スローガン	反射材 あなたの未来を 照らしてる
重 点	◆子供と高齢者の交通事故防止 ◆飲酒運転の根絶 ◆夕暮れ時と夜間の交通事故防止

年末における犯罪抑止活動	
期 間	12月10日（木）～平成28年1月3日（日）
スローガン	メイン みんなでつくろう 安心の街 サブ 防犯は 鍵かけ 声かけ 心がけ
重 点	◆防犯パトロールの強化 ◆二セ電話詐欺の被害防止 ◆鍵かけの徹底 ～自動車盗・侵入窃盗の被害防止

○問合せ 総務課 総務グループ ☎23-2119

小学生人権書道作品展

小学生人権書道コンテスト入賞者の作品の展示を行います。ぜひご来場ください。

期 間	開催中～12月25日（金） 午前8時30分から午後5時15分まで		
場 所	12月6日（日）まで	高萩市総合福祉センター	1階ロビー
	12月7日（月）から	高萩市役所仮設庁舎A棟1階	市民課ロビー

○問合せ 市民課 管理グループ ☎23-2116

東日本大震災の義援金が配分されます

日本赤十字社から、東日本大震災の義援金の配分がありましたので、前回精算配分を受けた方の指定口座に今月中に振込みとなります。

【義援金配分表】 ①＝日赤等分 ②＝茨城県分 ③＝政府分

平成27年10月30日現在

住居被害		第1次配分	第2次配分	精算配分	今回配分	合計額
全 壊	①	350,000 円	802,808 円	27,423 円	10,000 円	1,354,060 円
	②	150,000 円	—	2,315 円	—	
	③	—	10,000 円	1,514 円	—	
	計	500,000 円	812,808 円	計 31,252 円	10,000 円	
半 壊 ※大規模半壊 含む	①	180,000 円	401,404 円	13,711 円	5,000 円	677,029 円
	②	70,000 円	—	1,157 円	—	
	③	—	5,000 円	757 円	—	
	計	250,000 円	406,404 円	計 15,625 円	5,000 円	

○問合せ 社会福祉課 社会福祉グループ ☎23-7030

第 64 回たかはぎ駅伝競走大会開催に伴う 高萩駅前通り交通規制のお知らせ

今年度も駅前の賑わいを目的とし「高萩うまるしえ」とタイアップしてゴールを高萩駅前にいたします。それに伴い、駅前通りで交通規制が実施されます。交通規制区間は一般車両の乗り入れは一切できません。なお、規制場所近くには立看板が設置され、警察官や警備員がいますので指示に従ってご通行ください。ご迷惑をおかけしますが、ご協力よろしくお願いします。

交通規制 平成 27 年 12 月 13 日（日） 10：45 ～ 11：45

高萩駅前交通規制図



	2 周の部（6 区間 - 29.32 km）	1 周の部（6 区間 - 15.11 km）
参 加 者	一般・高校生	中学男子・女子・オープン
スタート 【市役所跡地東側市道】	9：30	10：00
ゴール予想時間 【高萩駅前】	先 頭 11：05 最後尾 11：25	先 頭 10：50 最後尾 11：35

2 周の部（6 区間 - 29.32 km）		
1 区（5.57 km）市役所跡地東側 →	2 区（5.27 km）高萩インターチェンジ先 →	3 区（3.40 km）緑苑住宅バス停先
4 区（5.54 km）市役所跡地北側 →	5 区（5.27 km）高萩インターチェンジ先 →	6 区（4.27 km）緑苑住宅バス停先

1 周の部（6 区間 - 15.11 km）		
1 区（3.33 km）市役所跡地東側 →	2 区（2.24 km）松岡地区公民館前 →	3 区（3.05 km）高萩インターチェンジ先
4 区（2.22 km）千代田集会所前 →	5 区（2.17 km）緑苑住宅バス停先 →	6 区（2.10 km）台 高 萩 信 号 前

○問合せ 生涯学習課 生涯学習・スポーツ振興グループ ☎23-1132