

2023

3

No.758

市報たかはぎ

# Takahagi

届きたい、  
市報に込めた  
この思い。





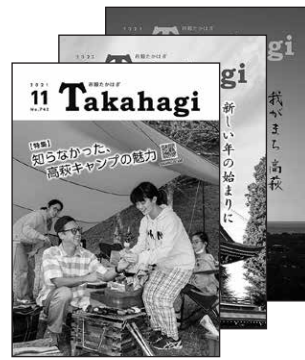
「福祉」の特集

- R3.6 「子どものかかりつけ医み〜つけた！」
- R4.3 「ありのままの輝きを認めて」
- R4.5 「高萩で、育てる。」



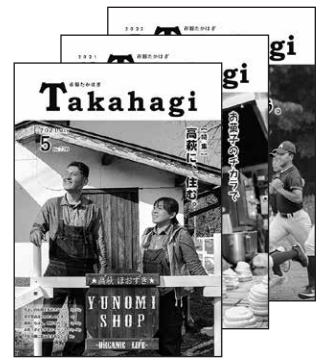
「生活」の特集

- R3.9 「もしもの時に備えよう」
- R4.6 「自分の運転は大丈夫と思いませんか？」
- R4.11 「環境にやさしい循環型社会へ」



「魅力」の特集

- R3.11 「知らなかった高萩キャンプの魅力」
- R4.1 「新しい年の始まりに」
- R5.1 「我がまち高萩」



「地域」の特集

- R3.5 「高萩に、住む。」
- R3.12 「お菓子のチカラでにっこり笑顔と元気なまちに」
- R4.7 「心を合わせ、夢に向かう。」

# 届けたい、市報に込めたこの思い。

市報たかはぎは、表紙・読みやすさ・分かりやすさにこだわります。「まずは手に取って、読んでみたい」と思えるように。生活に役立ち、心も豊かになるような市報を目指しています。



## 手に取りたくなる市報に

毎月5日発行の『市報たかはぎ』。「表紙の写真が気に入りました」「以前より見やすく読みやすい」という嬉しい声を聞くことも増えました。

8年前のアンケートで、市報を「毎月読んでいる」人の割合は約68%。4年前は、約61%でした。

生活に役立つ情報を、一人でも多くの人に届けるためには、まずは市報に興味を持ってもらうこと。手に取りたくなるような市報を目指して、表紙デザインを見直しました。

令和4年の県広報コンクール

で広報写真(表紙)が、1位となる「特選」を受賞。全国広報コンクールへ県代表として出展されます。

## 読みやすい文字と分かりやすい文章へ

市報を開いて「読んでみよう」と思えるように、文字書体や大きさ、分かりやすい文章を心掛けています。すべての人に読みやすく、読み間違えにくい書体であるユニバーサルデザインフォント\*を使用。情報を詳しく知りたい人には、QRコードでホームページへ案内するなど、文字量を調整しています。

離れがはっきりすると、判別しやすい。



だく点を大きくして、読み取りやすい。

新丸ゴ



UD新丸ゴ



※ユニバーサルデザインフォントとは

すべての人に読みやすく、読み間違えにくい書体(UDフォント)のこと。

## 地域の人に支えられて

表紙をはじめ、紙面には多くの地域の人が登場。高萩の地域力は、どこにも負けない魅力であふれています。「地域で頑張る人をたくさんの人に伝えたい」という思いを込めて記事にしています。

一方的に情報を伝えるのではなく、皆さんと作り上げる市報でありたいと思うのです。



表紙のデザイン・ページ構成・読みやすさなど意見を出し合います。

## デジタル版の市報も

現在、紙の市報に加え、デジタル版、地域ポランテア※2による音訳や点訳があります。4月にはホームページをリニューアル。皆さんのライフスタイルに合った方法で、ぜひ市報をご覧ください。

市報に込めたこの思いが、一人でも多くの人に届くことを願っています。

※2 音訳…高萩読みきかせグループP20で紹介  
点訳…たかはぎ点訳友の会R3・10月号で紹介

### 読者の声(プレゼント企画より)

- この年になって初めて全ページみました。  
[しまじろう]
- 文字が大きく、文字間もあり、読みやすい。  
私たちの年代になると、まずそこから読んでみよう!と入っていく。  
[かつび]
- 特集を見て、改めて防災マップを目に付く所に出し、家族と避難場所や持ち物について話し合うことができました。  
[桜子]
- はっぴい・べるの紹介とてもよかったです。  
このような働き方ができることに“高萩すごいでしょう♡”と知り合いに広報(笑)してきました。  
[しゅんママ♡]
- 天使のつばやきが可愛くて思わず笑ってしまいました。  
[エミ]
- イベントのお知らせなど、あまり外に出なくなった母を誘うきっかけになり役立っています。  
[ラブぶたコブタ]
- 運転免許証自主返納の特集は、図を用いた説明がわかりやすく良かったです。  
[りつこ]
- 表紙の写真が素敵ですね。  
[たんぽぽ]

### 毎月5日発行の市報を何で読む?

【紙媒体】市役所・図書館・郵便局などで入手。  
ポスティングは、総務課へ電話  
(☎23-2119)で申し込み。

【音訳・点訳】社会福祉協議会へ電話  
(☎23-8341)で申し込み。

【デジタル】市ホームページ。  
SNSで5日にリンク先を配信。



LINE



Twitter



Facebook

## 県広報コンクールで市報たかはぎが「特選」。全国へ。



令和4年5月号表紙

令和4年全国広報コンクール茨城県推薦作品が発表され、市報たかはぎが「広報写真部門」で1位『特選』を受賞。県代表として全国広報コンクールに出展されることが決定しました。

#### 【審査員の講評】

表紙サブタイトルもフレッシュな写真表現とあわせておしゃれな若い世代に響きます。…こども園新設で柔軟な行政対応を広報するイメージになりました。デザイン、写真を活用して若い世代が共感するものを作り出している「市報たかはぎ」は良かったと思います。(一部抜粋)

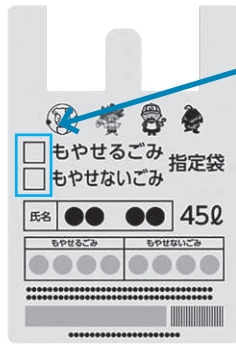


# 4月からの ごみ処理方法

4月から、新しいごみ処理施設でごみの受け入れを開始します。  
詳しくは『家庭ごみの出し方ガイドブック』をご覧ください。

■問合せ 環境市民協働課 ☎23-7031

## ごみ袋は「黄色1種類」へ



ごみの種類にチェック☑をいれる

ごみ袋に油性ペンでごみの種類をチェックし  
「もやせるごみ」と「もやせないごみ」を分別しましょう。  
両方のごみが混ざらないように注意しましょう。

## 現行のごみ袋も使えますが…



- ①取消線を引く
- ②捨てるごみの種類を記入する

現行の「可燃ごみ」「不燃ごみ」の袋も、引き続き使用できます。  
ただし、他の種類のごみ袋として使用する場合は、左記のように  
取り消し線を引いて、捨てるごみの種類を書いてください。

(例) 「もやせるごみ」の袋として、現行の「不燃ごみ」の袋を使用する場合



油性ペンは  
何色でもOK

## 可燃ごみ処理券・粗大ごみ袋は交換

「可燃ごみ処理券」「粗大ごみ」の袋は、4月から使用できません。  
現行の可燃ごみ処理券・粗大ごみ袋(開封・氏名記入済可)は、  
環境市民協働課で交換期間に、4月から使用できるごみ袋と交換できます。

▶交換期間 4/3(月)～R6.3/29(金) (土日祝・年末年始除く)

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。

**遺品整理・生前整理** 茨城県地域密着企業

見積無料 明朗会計 即日対応

- 不用品回収
- 不用品買取
- 空き家の整理
- 実家のお片付け
- 倉庫まるまるお片付け

遺品整理士協会認定資格有資格者  
生前整理アドバイザー資格有資格者  
古物商許可 茨城県公安委員会 第401010005315号

**エンカウンター**  
☎ 0292-10-1840  
すべて当社で完結できる! 茨城県水戸市内原町 767-1

有料広告

**明秀学園日立高等学校**  
MESHU HITACHI

明日へ、世界へ。  
可能性を現実、  
夢を具体的な目標に。  
明秀日立だから、できる!

〒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



## ビン・ペットボトルは「透明・半透明の袋」で排出

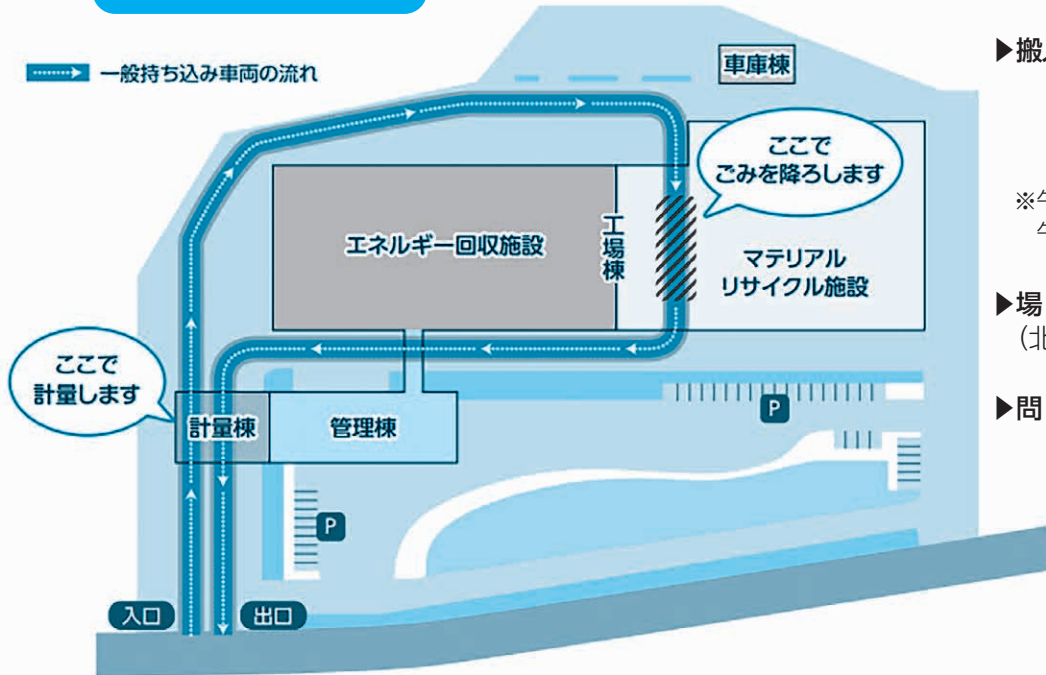
ビン・ペットボトルの排出用ネットが廃止され、透明・半透明の袋に入れて排出します。  
不要になったネットは、環境市民協働課へお持ちいただくか、回収希望の方はご連絡ください。  
処分していただいても構いません。

▶受付期間 4/3(月)～R6.3/29(金)

## ごみの持ち込みは、<sup>たかきたせいそう</sup>高北清掃センターへ

ごみの自己搬入先が市リサイクルセンターから「高北清掃センター」に変わります。  
指定ごみ袋に入れる必要はありませんが、ごみの分別をしてお持ち込みください。

### 構内案内図



▶搬入日時 月～土  
(12/31～1/3除く)  
9:00～12:00  
13:00～16:30

※午前中は12:00まで、  
午後は16:30までに退出してください。

▶場 所 高北清掃センター  
(北茨城市中郷町小野矢指959-1)

▶問 合 せ ☎44-8853  
※R5.4/1～

- 場内は、作業員や収集車両等が行き来しています。  
安全に搬入を行っていただくため、徐行運転をお願いします。
- 清掃センターは一方通行です。矢印に従って通行してください。

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

**令和5年度 第Ⅲ期一般入試**  
**入試日 3月25日(土)**  
出願期間 3月1日(水)～3月24日(金)  
※ 入学相談・教育相談は随時受け付けて  
おります。

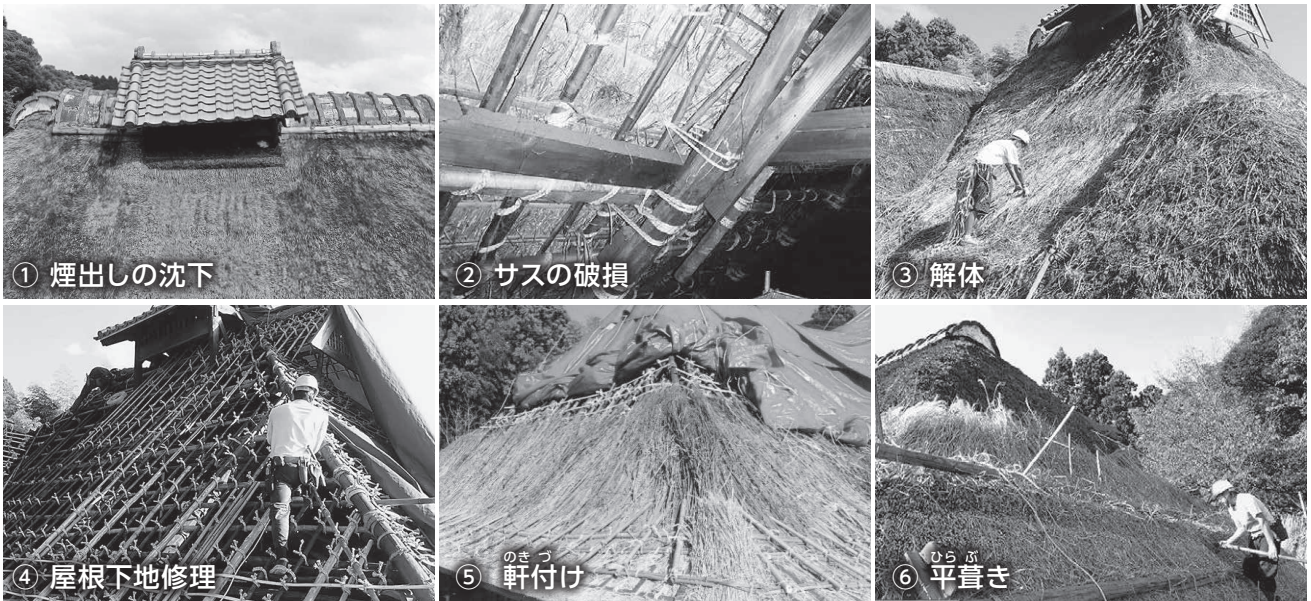
通信制高校 (広域通信・単位制)

生徒第一...だから  
**第一学院高等学校** 高萩校

**TEL 0293-20-5800**  
〒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

# もうすぐ完成 穂積家住宅「かやぶき屋根」

■問合せ 生涯学習課 ☎23-1132



県指定有形文化財「穂積家住宅」は、前回の全面屋根葺替から約20年が経ち、茅の消耗により下地の竹（茅を抑える材料）が表面に現れていました。調査の結果、土間の上部にある「煙出し」を支えている部材（サス）が破損していることも分かりました。

昨夏から着手したかやぶき屋根修理工事は、終盤を迎えようとしています。もうすぐ建設当初の趣を残した美しい穂積家住宅によみがえります。4月から一般開放を予定していますので、日程が決まり次第お知らせします。

**12/17 (土)** かやぶき屋根修理見学会を実施



**【穂積家住宅（主屋）建物概要】**  
 主屋規模：桁行12間、梁間6間  
 平屋建、寄棟一部入母屋造、茅葺、背面下屋銅板葺、広間型5間間取り  
 指定区分：県指定有形文化財  
 指定年月日：平成元年1月25日

※本事業は、県指定文化財等補助金・クラウドファンディング型ふるさと納税の支援を受けて実施しています。

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。

**いばらきシニアカード** 提示されたお客様に  
 毎月 5.15.25日 (休日のとき翌日に)  
**サービス券 5倍**  
 お茶・海苔・茶道具・お引物類 差し上げます  
 (株) 大等園 〒318-0032 高萩市大和町2-49  
 ☎0293-22-3247

**ふじえだ印刷** Fujieda Print  
 デザイン・DTP・印刷 etcは おまかせください。  
 お気軽に相談ください！ 名刺・ハガキ各種・ショップカード チラシ・ポスター・伝票・賞状など データ持込OK!! ※事前にご相談も受けます。  
**高萩駅前**  
 ☎0293-22-2103 FAX0293-23-5163  
 〒318-0031 高萩市春日町1-18  
 fujieda\_print@plala.to



# 犬の登録と狂犬病予防接種



■問合せ 環境市民協働課 ☎23-7031

飼い主には、犬（生後90日～）の登録と年1回の狂犬病予防注射の接種が義務づけられています。  
下記の会場・動物病院で接種し「注射済票」の交付を受けてください。

日時・場所	4/8 (土)		4/15 (土)	
		旧秋山保育所	9:10 ~ 9:20	向洋台児童公園
	山手集落センター	9:25 ~ 9:35	島名多目的研修会館	9:30 ~ 9:45
	緑苑住宅公園(東側)	9:40 ~ 9:45	秋山中集落センター	9:50 ~ 10:00
	駒木原集会所	9:50 ~ 10:00	秋山南地区住宅内公園	10:05 ~ 10:10
	穂積家 駐車場	10:10 ~ 10:20	石滝コミュニティ消防センター	10:35 ~ 10:40
	関口集会所	10:40 ~ 10:45	石滝上ノ台集会所	10:45 ~ 10:50
	千代田集会所	10:50 ~ 10:55	安良川 駒形集会所	11:00 ~ 11:10
	総合福祉センター	11:10 ~ 11:20	総合福祉センター	11:15 ~ 11:25
	市役所	11:25 ~ 11:35	市役所	11:30 ~ 11:40
日時・場所	4/9 (日)		4/16 (日)	
		小島団地集会所	9:10 ~ 9:15	米平集会所
	松岡地区公民館	9:20 ~ 9:35	中戸川公民館	9:35 ~ 9:40
	赤浜田園都市センター	9:45 ~ 9:50	花貫物産センター 駐車場	9:50 ~ 9:55
	高戸公民館	10:00 ~ 10:05	上君田生活改善センター	10:15 ~ 10:20
	東小学校 正門駐車場	10:30 ~ 10:35	下君田・鈴木利廣氏宅	10:25 ~ 10:30
	高浜住宅集会室	10:40 ~ 10:45	下君田バス停	10:40 ~ 10:45
	総合福祉センター	10:55 ~ 11:05	若栗公民館	11:00 ~ 11:05
	市役所	11:10 ~ 11:20	総合福祉センター	11:25 ~ 11:30
			市役所	11:35 ~ 11:45
持ち物	犬の登録が済んでいる人		犬の登録が済んでいない人	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 狂犬病予防注射用ハガキ(4月上旬郵送)</li> <li>● 手数料 3,550円 《内訳》注射料 3,000円 注射済票交付手数料 550円</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● マイクロチップ番号がわかるもの(装着済の場合)</li> <li>● 手数料 6,550円 《内訳》登録手数料 3,000円 注射料 3,000円 注射済票交付手数料 550円</li> </ul>	

※お釣りのないようにご協力をお願いします。

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。

## うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎029-353-8305

結婚相談所 ムスベル

## 合同会社 千葉建築設計事務所

設計・工事監理

(一級建築士事務所)

〒316-0034 茨城県日立市東成沢町3-8-10

TEL 0294-35-3411

FAX 0294-36-6878

E-mail chibato627@world.ocn.ne.jp

# スポーツのお知らせ



■ 問合せ 生涯学習課 ☎23-1132

## 募集 三世代交流 ふれあい スポーツフェスティバル

どなたでも簡単に楽しめるスポーツ体験ができます。

参加は自由です。

**日時** 4/8(土) 9:00 ~ 12:00

※雨天時 4/9(日)

**場所** さくら宇宙公園

- 種目**
- ゲートボール
  - ストラックアウト
  - グラウンド・ゴルフ
  - フライングディスクゴルフ
  - 輪投げ
  - ペタンク



## 募集 ウェイトリフティング教室

子どもから高齢者まで、幅広い年代に対応できるウェイトリフティング。

生涯スポーツとしてはじめてみませんか。

**実施日** 毎週月・水・金

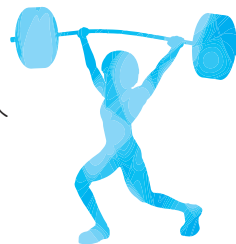
**実施時間** ①17:45 ~ 19:00 / 小学生以上の健康づくりを目的とする人

**／対象** ②18:45 ~ 20:30 / 中学生以上で、競技として行う人

**場 所** 高浜スポーツ広場 多目的室

**保 険 料** 小中学生 年2,000円

高校生以上 年3,000円



## 募集 スポーツ安全保険

**対 象** スポーツ・文化・ボランティア活動を行う4名以上の団体

**対象事故** 団体活動中とその往復中

**保険期間** 4/1(土) ~ R6. 3/31(日)

**申込方法** 右記QRから申し込み。



※生涯学習課・市民体育館にある「スポーツ安全保険のあらまし」からも可。

活動内容	対象	保険料(年間)
文化活動など	小学生以下の子ども 高校生以上の文化活動	800円
スポーツ活動	65歳以上	1,200円
	高校生以上~64歳以下	1,850円
	中学生以下	800円

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。

## マシンジムリニューアル



ジム・スタジオが新しく変わりました！  
有酸素マシンが25台以上！  
筋トレマシンも一新！フリーウエイトも充実！  
全く新しくなったオーシャンスポーツクラブを  
体感してください！

CCC オーシャンスポーツクラブ

ジム・スタジオ・プール  
スイミングクラブ・キッズダンス  
新規会員募集中！

TEL:0293-24-1155

〒318-0002 高萩市高戸4 6 2

URL <http://www.ocean-sport.jp>

営業時間：平日(除く水曜) 9:30 ~ 22:00

水曜 16:00 ~ 22:00、土曜 10:00 ~ 20:00

日曜・祝日 10:00 ~ 19:00、休館日：不定休



1/22 (日) バレーボール連盟強化試合

市民体育館

優勝 RUSH  
準優勝 B-フレンズ  
第3位 ユニオン  
第4位 日立うらら



1/28 (土) 高萩市少年団 ミニカップ大会

石滝サッカー場



優勝 秋山SSS

優勝 秋山SSS (高萩)  
準優勝 小川JSC (小美玉)  
第3位 松岡SSS (高萩)  
第4位 久慈東小沢SSS (日立)



明秀日立高校 県高校新人大会で好成績

明秀日立高校高萩キャンパスで練習に励んでいる生徒たちの大会結果を紹介します。

優勝

サッカー

明秀日立が境を7-0で破り、5年ぶり3度目の優勝を果たしました。

卓球団体

明秀日立が岩瀬日大を3-0で破り、2年連続5度目の優勝を果たしました。

卓球男子ダブルス

おおぬきなおや 大貫尚哉(2年) ・ いだけいた 井田啓太(1年) ペア

卓球女子ダブルス

はたぎきまい 畑崎舞(2年) ・ おぎきなみ 尾崎七海(2年) ペア

卓球男子シングルス

井田啓太(1年)

卓球女子シングルス

畑崎舞(2年)

防災コーナー

問合せ 危機対策課 ☎23-2215

シェイクアウト訓練

2011年3月11日に発生した東日本大震災から12年となります。訓練に参加し、いつ発生するか分からない地震災害への備えを再確認しましょう。

▶日時 3/8 (水) 12:45

▶訓練内容

防災行政無線・たかはぎFMから訓練開始放送が流れます。その場で地震災害から身を守る行動をしましょう。

▶参加登録

右記QRコードから申し込み。

※参加人数を把握するため、登録にご協力ください。



【身を守る3つの基本行動】





1/15  
(日)

水戸ホーリーホック  
市PR大使決定  
📍 ザ・ヒロサワ・シティ会館

ホームタウン加入に伴い、タビナス・ジェファーソン選手・井上怜選手が市PR大使に決定しました。高萩市をモチーフにした「ホームタウンホーリーくん」のデザインも完成しました。



1/28  
(土)

おとう飯始めてみよう  
📍 中央公民館

そば処うらじ代表のおおしこうじ氏を講師に迎え、父子6組と一緒に美味しいだし巻き玉子とおにぎりを作りました。



1/29  
(日)

Dear Woman ~輝く自分を探しにいこう~  
※女性活躍推進事業  
📍 café restaurant+La Foret

ZenSPA代表の徳永氏・高松氏を講師に迎え、ハーブティーのワークショップとラ・フォレ特製のスイーツプレートを食べながら、起業に大切な話を学びました。



2/3  
(金)

新消防ポンプ車を配備  
📍 消防署

新車両に、現在よりも小回りの利く小型水槽付き消防ポンプ車を導入しました。動力付きホースカーを装備し、迅速・効率的な消火活動が可能になります。



2/9  
(木)

シルバーリハビリ体操指導士  
3級養成講習会  
📍 総合福祉センター

全5回の講習会で、介護予防体操の指導方法や効果、解剖運動学などを学びました。県知事の認定を受けた指導士が、新たに5名誕生しました。



2/9  
(木)

人権教育「夢をあきらめないで」  
📍 松岡中学校・秋山中学校

重度難聴の障がいをもつ小林育未さんを講師に迎え、人権教育が行われました。障がいを理由にせず、海外留学で英語を身に付け、夢を叶えた話に生徒は目を輝かせました。

# 受賞おめでとうございます (順不同)

## 健康づくり推進事業功労者

### ◆知事賞

医師(樋渡医院)  
 歯科医師(鈴木歯科医院)  
 歯科医師(かんべ歯科医院)  
 高萩市食生活改善推進員

樋渡 克俊さん  
 大村 佐知子さん  
 神部 直博さん  
 松下 順子さん

### ◆保健福祉部長賞

医師(おじま内科・消化器内科クリニック)  
 歯科医師(滝川歯科医院)  
 高萩市食生活改善推進員  
 高萩市保健推進員

小島 敏明さん  
 滝 靖宗さん  
 山田 啓子さん  
 大坪 スミ江さん

### ◆茨城県食生活改善推進員協議会 会長賞

高萩市食生活改善推進員 荻本 恵子さん

## 第60回 技能五輪全国大会

◆施盤職種 金賞 松岡中出身 椎名 堂衣さん

## NEW 地域おこし協力隊



平成28年度から地域おこし協力隊を受け入れ、これまでに12人を委嘱しました。2月1日付けで新たに1人加わり、現在は、3人の隊員が活動しています。

みなかわ ふみのり  
 皆川 詞典 42歳

地域おこし協力隊の募集記事を見て「自分に何かできないか」と思い、地域おこし協力隊になることを決意。長年勤めた飲食関係の仕事を活かし『食』をメインに活動したいです。高萩産の食材を使い、食を通じて人の繋がりや賑わいづくりを目指します。

## お仕事 魅力紹介



## 手作りにこだわり続けて

炭火で焼かれるベーコンの香ばしい匂い、立ち上る煙に食欲が刺激される「ハム焼」は、イベントでも大人気。商品誕生には、約20年前の狂牛病の影響を乗り越え、夜食にベーコンの切れ端をたまたま焼いてみたというエピソードも。

五浦ハムは、1997年高萩インターチェンジ近くに設立。お客さんに「ハムなのに肉みたい」と言われるのは、県産の豚・牛・鶏、保存料や防腐剤を使わない、自然由来の食材で手作りにこだわる製法だからです。『ハム・ソーセージ類取引協議会校正マーク』付きの自信ある品々に加え、アイスクリームやお惣菜など新たな商品開発にも取り組んでいます。

現在、4月の新装開店に向けて準備中。乞うご期待です。



### 有限会社 五浦ハム

代表: 小泉 重信  
 住所: 上手綱2565-11  
 TEL: 24-2837  
 HP: <http://itsuraham.com>



# 天使のつばやき

誰がやったの？

夜中に雪が降った日の朝、真っ白になった山を見ての一言です。

れい 5歳

ネコちゃんだから出ないよ！

こたつの中にて。

こうは 5歳

ママにおんぶしてもらえるの、これが最後かな…

朝、布団からおんぶして階段を降りてる時の一言。ママは、まだまだがんばるよ～♡

ともき 6歳

『口頭詩』をご存じですか？

幼少期の子どもの発想や疑問、言い間違えなどのつばやきを、大人が大切に書き取った言葉のこと。子どもの心に耳を傾けなければ、取りこぼしてしまいます。純粋で自由な子どもの世界を紹介します。

家庭教育学級「口頭詩通信第32声」より



## 萩っ子 つどいの広場

はぎハビHP

総合福祉センター2F 開館 9:00 ~ 15:00

■問合せ 萩っ子つどいの広場 ☎24-8885

◆対象 未就学児と保護者

1/26  
(木)

「バルーンアートショー&作ってみよう」



バルーンアートショーでは、干支のウサギが登場。「作ってみよう」の時間は、風船をふくらませるところから、親子で楽しく雪だるまを作りました。

イベント案内(予約制) 先着各8組

4/6(木) 10:30 ~ 11:00

レインボーおはなしの会 予約 3/6(月) ~

ピアノに合わせた手遊び歌やパネルシアター

4/27(木) 10:30 ~ 11:00

読み聞かせ 高萩読み聞かせグループ 予約 3/27(月) ~

絵本・紙芝居・パネルシアター

就学前のお子さんと保護者が室内で安心して遊ぶことができる無料の遊び場です。子育てに関する心配や悩みなどスタッフにお気軽にご相談ください。

## 豆知識

3月21日は<sup>しゅんぶん</sup>春分の日。  
太陽が真東から昇って真西に沈み、昼・夜の長さがほぼ同じに。

前後3日が「春の彼岸」です。  
この時季に食べる「ぼたもち」は牡丹の花にちなんで「牡丹餅」と書きます。

## 児童扶養手当の支払日

3月10日(金)

■問合せ 子育て支援課 ☎23-2129

## 子育てカレンダー

3月

日付	イベント・行事	時間	予約制
7日(火)	総 すくすくサロン	10:00~11:45	●
9日(木)	ヒロ子さんのエプロンシアター	10:30~11:00	●
10日(金)	総 健康相談	8:45~11:00	
14日(火)	すくすく助産師相談	9:15~12:10	●
	認 教育相談室 はずてる	13:30~	●
15日(水)	総 3歳児健診	13:00~16:00	
16日(木)	赤ちゃん教室「はみがきと食習慣」(参加者以外は11:30~開館)	9:45~11:30	●
18日(土)	図 おりがみキットプレゼント	9:30~	
20日(月)	す 14:00まで開館		
21日(火)	す 休館日		
22日(水)	す 子育て相談日	10:30~11:30	
	総 2歳児歯科健診	12:45~16:00	
23日(木)	す 胸キュン♥寝相アート	10:30~11:00	●
25日(土)	図 ファミリータイム	10:00~14:00	
	図 おはなし会	11:00~	
27日(月)	総 歯科・健康相談	8:45~11:00	● ※歯科相談のみ
28日(火)	総 すくすくサロン	10:00~11:45	●
30日(木)	す 読み聞かせ 高萩読み聞かせグループ	10:30~11:00	●

4月

6日(木)	す レインボーおはなしの会	10:30~11:00	●
-------	---------------	-------------	---

- 総 総合福祉センター ☎24-2121
- す 萩っ子つどいの広場 ☎24-8885
- 図 図書館 ☎23-7174
- 認 たかはぎ認定こども園 ☎22-2476

# 子育て インフォメーション



秋山幼稚園



## 幼稚園で豆まき

鬼の面は、紙袋やティッシュの箱、トイレットペーパーの芯などを再利用。絵本で節分を知った後、お面をかぶって豆をまきました。

心の中の「泣き虫おにをやっつける」とはりきる子も。

## 寝る前の読み聞かせ ポイントは



- 最後に「あーよかった！」と笑顔で終わるハッピーエンドの本は、幸せな気持ちで眠れます。
- 面白くて興奮してしまう本は避けた方がよいですが、2冊以上読む場合は最初に読みましょう。
- 静かなトーンでお話が進むものや「おやすみ」などの言葉で終わる本を最後に読むのもお勧めです。

## 健康コラム

出産後、ゆっくり休む暇もなく子育てが始まり、疲労・睡眠不足・ホルモンの影響で悲しくなる、涙が止まらなくなるなど不安が増します。これを「マタニティブルー」といい、産後2週間をピークに快方に向かいますが、産後の育児は不安が尽きません。誰に相談したらいいか悩むママを不安にさせないため、当院では24時間体制で育

## 子育てに不安なママは いつでもお電話ください

児に関する電話相談を受け付けています。直接相談したいママには毎週水曜日午後2時30分から、予約制(☎23-1122)で産後相談外来も行っています。退院後もママの支えになれるよう、育児・ママの身体について助産師が対応します。お気軽にご相談ください。

県北医療センター高萩協同病院 助産師 <sup>いとう</sup>伊藤 やよい

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。

### 2021年11月に開園した保育園です





## 3月 自殺対策強化月間 不調や悩みを感じたら相談を




 **健康づくり課 こころの相談** (面談予約制)  
☎ 24-2121

 **生きづらびっと**  
LINE ID : @yorisoi-chat 

 **茨城いのちの電話・水戸** (24時間)  
☎ 029-350-1000

 **あなたのいばしょ チャット相談**  
<https://talkme.jp/> 

 **いばらきこころのホットライン**  
(9:00～12:00、13:00～16:00)  
【平日】☎ 029-244-0556  
【土日】☎ 0120-236-556

 **まもろうよこころ**  
<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/soudan/sns/> 



## 新型コロナワクチン接種



■問合せ 新型コロナワクチン対策室 ☎ 24-5760

### 今年度のワクチン接種期間 3月末まで

※2/21現在

接種を希望する人は、お早めにご予約ください。

オミクロン株対応ワクチンは、1人1回の接種です。令和4年10月以降に追加接種(3回目以降)を受けた人は、オミクロン株対応ワクチンを接種済みとなりますので、今年度中のワクチン接種は完了しています。

### 4月からのワクチン接種

国の方針が示され次第、市ホームページで随時お知らせします。

乳幼児、小児のワクチン接種は4月以降も継続される予定です。

## 3月の健康カレンダー

会場：総合福祉センター  
予約：健康づくり課 ☎ 24-2121

行事内容	実施日	時間	対象
こころの相談(精神科医の相談)	8(水)	13:00～14:30	市民(予約制)
健康相談	10(金)	8:45～11:00	市民
健康・歯科相談	27(月)		市民(歯科相談のみ予約制)

# 介護予防のための シルバーリハビリ体操

## 「床に座って行う体操」

～お足様体操～



- ① あぐらをかく。  
あぐらをかけない人は、  
伸ばした（片あぐら）  
ままでもよい。



- ② 上になった足を両手で下から  
すくうように持ち、かかとを  
おへそに引き寄せながら持ち  
上げる。  
③ ゆっくり下ろし、  
反対の足も同様に行う。

〈効果〉 股関節周囲を柔らかくし、床上動作を楽にする。

# 高額医療・高額介護合算療養費の申請

医療費・介護サービス費の自己負担額がある世帯で、1年間（8月～翌年7月末）の自己負担額\*の合計額が基準額（下表参照）を超える場合は、その超えた金額を申請により支給します。

申請手続期間は2年間です。

※食費・居住費・差額ベッド代を除く

## ▶基準額（自己負担限度額）

令和3年8月～令和4年7月分

所得 (基礎控除後の総所得金額など)		70歳未満	所得区分		・70～74歳 ・後期高齢者医療制度で医療を受ける人
上位 所得者	901万円超	212万円	現役並み 所得者	Ⅲ (課税所得 690万円以上)	212万円
	600万円超 901万円以下	141万円		Ⅱ (課税所得 380万円以上)	141万円
一般	210万円超 600万円以下	67万円		Ⅰ (課税所得 145万円以上)	67万円
	210万円以下 (住民税非課税世帯除く)	60万円	一般 (課税所得 145万円未満等)	56万円	
住民税非課税世帯		34万円	低所得者Ⅱ	31万円	
			低所得者Ⅰ	19万円	

## ▶申込方法（毎年7月31日時点の加入制度）

### 【国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者】

支給対象者へ、3月中旬に申請通知を郵送します。  
通知が届いたら、市民課で申し込み。

※下記の人、申請通知を郵送できない場合がありますので、市民課へお問い合わせください。

- ◆令和3年8月～令和4年7月31日の間に、
  - 市へ転入した人
  - 他の医療保険を離脱し、国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入した人

### 【他の健康保険、共済保険等の加入者】

- ①介護保険の「自己負担額証明書」の交付を高齢福祉課で申し込み。
- ②証明書の発行を受けた後、証明書を添付し、保険者（勤務先）へ申し込み。

■問合せ **【国民健康保険・後期高齢者医療制度】**  
**【他の健康保険・共済保険の加入者】**

市民課 ☎23-2117  
高齢福祉課 ☎22-0080

## 高校生会 会員募集

子ども会行事(キャンプなど)のサポートやイベントのお手伝いなどのボランティアを募集します。

- ▶**対象** 市内・近隣市に居住する高校生
- ▶**申込方法** 生涯学習課へ電話で申し込み。
- ▶**問合せ** 生涯学習課 ☎23-1132



## 固定資産課税台帳 (名寄帳)閲覧

- ▶**期間** 通年(土日祝除く) ▶**場所** 税務課
- ▶**料金** 300円(氏名番号ごと)  
※4/3(月)~5/1(月)は無料

対象	持ち物 ※写真付の身分証明書
土地・家屋の納税者	納税通知書
代理人	委任状
借地・借家人	借地・借家等権利の確認書類

- ▶**問合せ** 税務課 ☎23-2115



## 土地・家屋価格等の縦覧

- ▶**期間** 4/3(月) ~ 5/1(月) (土日祝除く)
- ▶**場所** 税務課 ▶**料金** 無料
- ▶**縦覧範囲** 土地・家屋価格等縦覧帳簿に記載された他の土地・家屋の評価額など

対象	持ち物 ※写真付の身分証明書
土地・家屋の納税者	納税通知書
代理人	委任状

- ▶**問合せ** 税務課 ☎23-2115

## インボイス制度相談・説明会

- ▶**日時** 3/17(金) ※要申込 3/13(月)まで  
10:00 ~ 11:30
- ▶**場所** 総合福祉センター2階 研修室
- ▶**定員** 30名
- ▶**問合せ** 日立税務署 ☎0294-21-6346

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。

### モアナニッポン&オリヨシヒ

2023年4月から 新規生徒 大募集!  
高萩市にて新規クラススタート!!  
体験レッスン会 日程&募集クラス  
3月10, 17, 24日 金曜日  
☆シニア・初心者フラクラス 11時から  
☆3歳から小学生初心者クラス 16時から  
(フラ&タヒチアン)

Instagram LINE ホームページ

【お問合せ・お申込み先】  
090-9813-2180  
moanalani.info@gmail.com (佐藤)

※中学生以上の大人のクラス、男性、男の子クラス等もあります。お気軽にお問合せください。

有料広告



## 65歳以上 路線バスの運賃 半額助成

助成を受けるには、バスカード(茨城交通)や回数券(椎名観光)の購入が必要です。バスカードの出張販売は、下記のとおり。回数券は、購入前に高齢福祉課で手続き後に発行される証明書をお持ちの上、営業所やバス車内でご購入ください。

- ▶**日時** 3/9(木)・15(水)・22(水) 4/13(木)  
9:45 ~ 13:00
- ▶**場所** 総合福祉センター
- ▶**問合せ** 高齢福祉課 ☎22-0080

## 障害者 通院・通所交通費助成

医療機関へ通院・通所する際の交通費助成として、令和5年度のタクシー利用券を交付します。

- ▶**対象** 下記のいずれかに該当する人
  - 身体障害者手帳1級・2級、第1種の3級
  - 療育手帳A、A
  - 精神障害者保健福祉手帳1級、2級

※自動車税の減免を受けている人・入院中の人は対象外

- ▶**申込方法** 随時、社会福祉課窓口で申し込み。
- ▶**交付開始日** 3/22(水)  
※申請済みの人は、市から郵送で交付されます。
- ▶**持ち物** 各種手帳
- ▶**問合せ** 社会福祉課 ☎23-7030

## 固定資産税 納付書発送

1月1日現在、土地・家屋・償却資産の所有者に納付書を4月上旬に郵送します。お手元に届いたら、納期限までに納めましょう。口座振替も利用できます。※4/10までに届かない場合は、税務課へご連絡ください。

### 【4月から口座振替を希望する人】

- ▶**申込方法** 3/17(金)までに税務課窓口で申し込み。
- ▶**持ち物** ●通帳 ●通帳届出印
- ▶**問合せ** 税務課 ☎23-2115

## 広告募集中



市報たかはぎや市 HP に有料広告を掲載しませんか。  
希望する場合は下記へ。

<https://www.city.takahagi.ibaraki.jp/page/page002761.html>

■問合せ 秘書広報課 ☎23-7321





## 海上保安庁 職員採用試験

	海上保安官	海上保安学校学生(特別)
受付期間	3/20(月)まで	3/8(水)まで
1次試験	6/4(日)	5/14(日)
採用時期	令和6年4月	令和5年10月
申込方法	ホームページから申し込み	

▶問合せ 茨城海上保安部 管理課  
☎029-263-4118



## 令和6年4月採用 県警察官採用試験

高萩警察署で説明会を随時開催中です。

▶1次試験 5/14(日)  
▶申込方法 4/7(金)17:00までに  
ホームページから申し込み。  
▶問合せ 警察採用フリーダイヤル  
☎0120-314-058



## 借金の悩み無料相談

借金・家計・不安に思うことなどについて、電話・面談で相談に応じます。

▶日時 月～金(祝日除く)  
8:30～12:00 13:00～16:30  
▶問合せ 関東財務局 水戸財務事務所  
☎029-221-3190



## パスポート更新が スマホで可能に

マイナンバーカードを利用してマイナポータルのサイトから24時間いつでも更新の申請ができるようになります。

▶開始日 3/27(月)～  
▶問合せ 市民課 ☎23-2116



## 海フィールド親子体験会 ※まちづくり支援金事業

海・森での自然体験を通じた環境教育スクール「コドモクエスト」の親子体験会を行います。

▶日時 3/21(火・祝) 10:00～12:00  
▶場所 高戸前浜海岸  
▶内容 ●ビーチクリーン ●海ごみアート制作  
●海のSDGsについての学習  
▶対象 小学生以下の親子  
▶料金 1人500円(お食事パン付き)  
▶申込方法 左上QRからLINE登録して申し込み。  
▶問合せ 登録したLINEから。



## 花貫ダム 点検放流

豪快な音としぶきが作り上げる水のショーを体感しませんか。

▶日時 3/25(土) 10:00～14:00 ※荒天中止  
【最大放流】12:00～13:30  
▶場所 花貫さくら公園  
▶駐車場 花貫駐車場 110台  
※公共交通利用者は、高萩駅からバス送迎あり。  
▶注意点 花貫川下流の水位が急激に上昇するため、当日は河川に近づかないでください。  
注意のため、サイレンを鳴らします。  
▶問合せ 花貫ダム管理事務所 ☎22-3524  
観光商工課 ☎23-7316

## オストミー講習会

皮膚排泄ケア認定看護師の菱田千枝氏<sup>ひしだちえ</sup>を講師に迎え、ストーマ管理の基本などを学びます。

▶日時 3/19(日) 13:00～16:00  
▶場所 日立市民会館 210号室  
(日立市若葉町1-5-8)  
▶申込方法 日本オストミー協会茨城県支部北部センター長猪口さんへ電話で申し込み。  
☎090-2239-9169

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。



もしもの時・事前相談受付  
24時間・365日受付中!

未来の冠婚葬祭を支えます

ブライダル&フェューナル  
アイパルグループ

有料広告

# としょかん 図書館

## へ 行 こう よ

三月(弥生)

日	月	火	水	木	金	土
			1	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	30	31	1

四月

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8

平日(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



図書館



電子図書館

休館日は色塗り。○は、ファミリータイム(10:00~14:00)の日。小さなお子さん連れの人も気兼ねなくご利用いただける時間です。電子図書館はこちらへアクセス ▶ <https://web.d-library.jp/takahagi/>

### 新刊案内

- **新しい収納の教科書**  
赤工友里 著 / KADOKAWA
- **平日おひるごはん**  
おひるごはん研究会 編 / Clover 出版
- **人もペットも気をつけたい 園芸有毒植物図鑑**  
土橋豊 著 / 淡交社
- **どうぶつ どちらからよんでも たぶんぶた**  
木村亜美文 高畠淳 絵 / 絵本館
- **ぼくは戦争が大きい**  
やなせたかし 著 / 小学館

### 『旅のつばくろ 飛び立つ季節』 沢木耕太郎 著 / 新潮社

JR東日本の新幹線車内誌で連載された35編を収録した国内旅行のエッセイ集。  
ルポライターとして世界中を飛び回っていた著者は75歳晩年を迎えた著者が日本中を気ままに歩き綴った所感がたつぷり収められています。  
ノンフィクション作家ならではの写実的な表現力は、読者の旅心を郷愁へと誘い、思わず「春立る霞の空に...」行ってみたくなるような1冊です。



おすすめの1冊

### 無料 おりがみキットプレゼント

3月18日(土)  
9:30~ 先着10名

▶場所 図書館 カウンター



『リースフレーム』▶

### 利用カードの更新

令和3年9月以前に作ったカードの有効期限は3月末までです。早めに更新手続きを行いましょう。

- ▶場所 図書館 カウンター
- ▶持ち物 利用カード・身分証明書

### 無料 おはなし会

3月25日(土) 11:00~ 先着5組

- ▶受付場所 図書館 児童室  
(絵本) キャベツくん  
(紙芝居) おたまじゃくしのおとうさん  
(パネルシアター) おむすびころりん

### 募集 「大人のための朗読会」参加団体

図書館で、毎月第2土曜日に朗読会を始めます。

- ▶対象 市内中心に朗読活動をする団体・グループ
- ▶日時 毎月 第2土曜日 10:30~11:00
- ▶場所 図書館1階 閲覧スペース
- ▶内容 大人が楽しめる作品などの朗読  
※毎月1団体ずつの交代制
- ▶申込方法 3/30(木)までに図書館へ申し込み。

### 電子書籍の楽しみ

#### 『園芸家の一年』

カレル・チャペック 著  
飯島周 訳 / 平凡社

腰を曲げ、足のやり場に困りながら、植物に人生を学び、日々奮闘する園芸家の12か月の喜怒哀楽を、愛とユーモアたっぷりに紹介します。



### 募集 図書館 ボランティア

年間を通じて活動するボランティアを募集します。ボランティアを始めたい、本・図書館に興味や関心のある人はぜひご応募ください。

- ▶内容 ①返却本の戻し ③敷地内の花壇などの管理  
②本の修繕 ④イベントの動画撮影 など

市民のための  
**無料相談**

**行政相談(申込不要)**

日時: 3/23(木) 13:30 ~ 15:00  
場所: 市役所1階 会議室  
行政相談員: 矢代 博一

●秘書広報課 ☎23-7321

**年金相談と年金請求(予約制)**

日時: 3/22(水) 10:00 ~ 12:00  
13:00 ~ 14:00

場所: 市役所2階 会議室

申込み: 相談日の1か月前から予約可。  
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)

3/9(木) 13:00 ~ 15:00

法律相談(弁護士)

3/16(木) 13:00 ~ 15:00

※要予約(前日16:00まで)

定員: 一般4名・法律5名(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 会議室

●社会福祉協議会 ☎23-8341

**消費生活関連の相談**

日時: 平日 9:00 ~ 12:00  
13:00 ~ 17:00

●消費生活センター(市役所2階)  
☎23-2114

♥善意の窓♥ ありがとうございます

～社会福祉協議会へ～

<金員預託>

高萩グラウンド・ゴルフクラブ

20,000円

使用済み切手・テレカなどの収集にご協力  
ください、ありがとうございました。

トイレ汲み取りの休み

**3月** 5(日)・11(土)・12(日)  
19(日)・21(火・祝)・26(日)

**4月** 1(土)・2(日)・9(日)・15(土)  
16(日)・23(日)・30(日)

●花貫クリーンセンター ☎22-4318

**日曜救急医療当番医**

【時間】9:00 ~ 16:00

(一次救急医療機関名)

3月			4月		
日	病院・医院名(所在地)	電話	日	病院・医院名(所在地)	電話
5	樋渡医院(大和町)	(23)2928	2	おじま内科・消化器内科 クリニック(東本町)	(44)6300
12	たばたクリニック(高戸)	(20)5511	9	高萩それいゆ病院 (上手綱)	(24)0770
19	樋渡医院(大和町)	(23)2928	16	やすらぎの丘温泉病院 (下手綱)	(24)1212
26	石川内科クリニック(安良川)	(44)3366	23	たばたクリニック(高戸)	(20)5511
			30	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	電話番号
茨城おとな 救急電話相談	24時間 365日	短縮ダイヤル #7119 または ☎050-5445-2856
茨城子ども 救急電話相談		短縮ダイヤル #8000 または ☎050-5445-2856

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
- ◆マイナンバーカード申請サポート(予約制)

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
- ◆市税等の収納(固定資産税・都市計画税、軽自動車税、市県民税、  
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)

水道課  
☎22-3652

- ◆水道の開栓・閉栓 ◆水道料金収納
- ◆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)

【時間】10:00 ~ 16:00 (月・火・木・金 ※祝日除く) 【場所】危機対策課 ☎23-2215

市報掲載の催し・事業などは、**新型コロナウイルスの感染状況により、中止・変更になる場合があります。**最新情報は、市ホームページをご覧ください。各問合せ先にご確認ください。

人口と世帯

令和5年2月1日現在(前月対比)

人口 26,570人(-38人)

男 13,238人(-30人)

女 13,332人(-8人)

世帯 11,521世帯(-1世帯)

1月 出生数 8人(-3)

死亡数 58人(+21)

転入 56人(-16)

転出 44人(-45)

※令和2年国勢調査の確定値を  
基準に算出しています。



守ろうよ  
車のマナー  
心のモラル

市内の交通事故概況

(R5.1.31現在)(前年比)

人身事故発生件数 4人(+1)

死者数 0人(±0)

負傷者数 5人(-2)

# 萩っ子の作品展

松岡中  
3年



作品名

「道」

ふかつ ゆい  
深津 結衣

中学校生活で大事にしてきたことや、これからも大事にしていきたい信念・考え方をテーマに取り組みました。

「人生の階段」というイメージで作り、生きていくうえで障害物はあるが、めげずに進んでいこうという思いで凹凸を付けました。

## ここが自慢 地域力

### 高萩読みきかせグループ

20ページある市報を、毎月音訳している「高萩読みきかせグループ」。震災時もコロナ禍でも欠かさず、使命感を持って声を録音。目の不自由な人へカセットテープやCDにして届けています。

図書館やつどいの広場などで行う絵本・紙芝居・パネルシアターでは「子どもたちの輝く瞳に感動。元気をもらえます」と代表の丹野さん。自分の声で伝えるボランティアを始めてみませんか。



■連絡先 ☎090-7212-6125 (代表 丹野)

## 今月のプレゼント

### やすんでっ亭 味噌どら焼き (5名様)



高萩やすんでっ亭  
10:00～16:00 ※土日祝除く  
住所:春日町2-79 ☎22-2720

レンタルボックスや特産品の販売、ミニイベントも。気軽にやすんでっ亭。当選者には引換券を発送します。

■応募方法 ①郵便番号②住所③氏名④年齢⑤3月号の感想など⑥ペンネームを書いて、下記の方法でご応募ください。

■メ 切 日 3/26(日)

<ハガキ> 〒318-8511 秘書広報課  
「市報3月号プレゼント」係  
<メール> info@city.takahagi.lg.jp  
件名「市報3月号プレゼント係」



応募フォーム

第22回

## たかはぎ桜まつり

キッチンカーも出店します。

▶期間 4/1(土)～9(日)

▶場所 さくら宇宙公園



■問合せ (一社)高萩市観光協会 ☎23-2121

1月15日、19日の応募がありました。