

2024

市報たかはぎ

6

No.773

Takahagi

お口、診ていますか。

口腔ケア

むし歯

歯周病

歯科健診

80 20 運動

オーラルフレイル

健康な歯、
いつまでも!



「おくち、あーんして」

5歳の誕生日を迎えて、一人前になってきた息子が突然言い出してきた。さては、保育園で何かしてきたな。

「はい、あーん」

洗いものの手を止めて、少しだけしゃがんで、口を大きく見せてあげる。

「あー、むしばだー。はみがきしないとだめなんだよー」

楽しそうに、のぞき込みながら言うてくる。

そういえば、今日は歯磨きの練習があるって言うてたっけ。

「えー、むし歯あるかなー」

「二こどー、二こどー、4こもあるよー」

真剣な顔をして、適当なことを言うてくれる。

「そっか、歯磨きしないね」

適当に相づちを打ちながら、袖をまくり上げ、スポンジに洗剤をしみ込ませる。

大人は忙しいのだ。

「ディライノはむしばあるかなー」

今度は恐竜のぬいぐるみを相手にし始めた息子を横目にふと思つ、そういえば、最後に歯医者さんに行ったのはいつだっけ。

定期健診のハガキが届いたけれど、つい、放っておいてしまった。

歯医者、行ってみようかな。

歯

医者さんに行った方がいい。分かってはいても、なかなか行けない……。

そんな人、多いのではないだろうか。

6月4日は6(む)と4(し)の語呂合わせで、『むし歯予防の日』と言われています。

また、6月4日～10日の1週間は『歯と口の健康週間』です。

日本人の平均寿命は、男性は81歳、女性は87歳と、世界でもトップクラスの水準。

長く健康で、生活に欠かせない「食べる」「話す」「笑つ」を維持するには、歯と口の健康管理がますます重要になります。

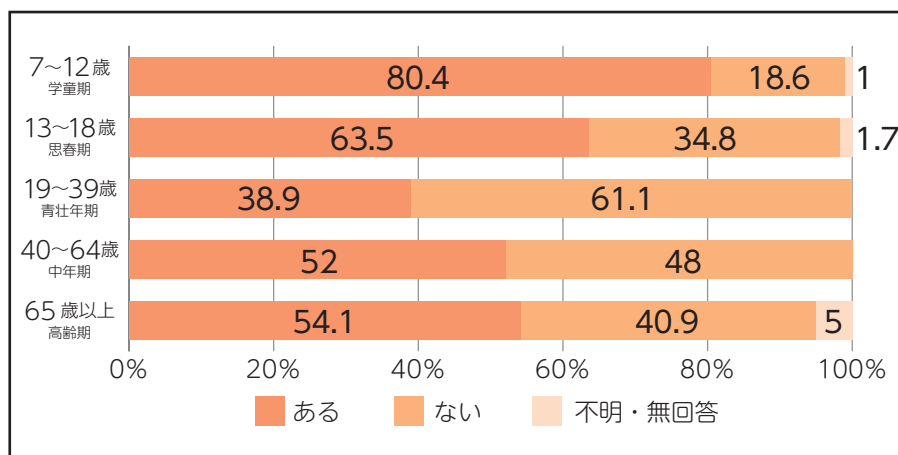
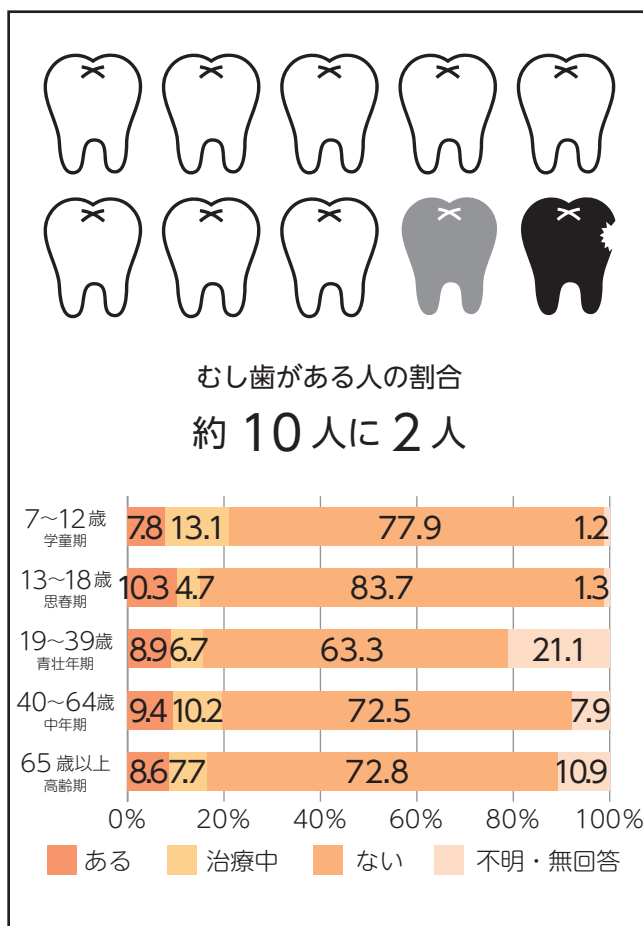
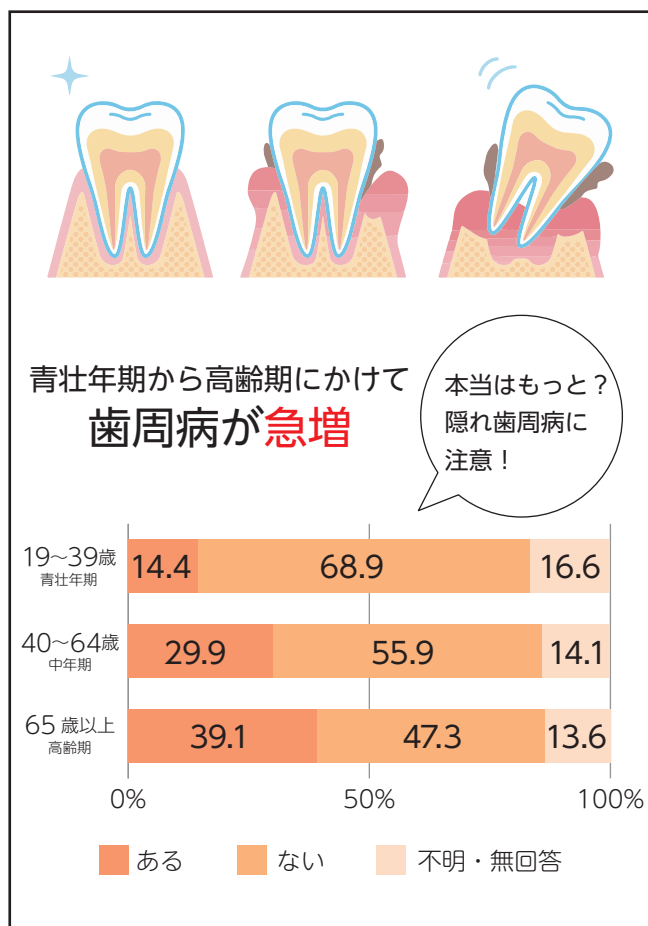
ライフステージが進むにつれて、生活習慣も変化しますが、自身の健康への意識を保ち続ける必要があります。

自らの歯と口の健康管理には、「予防」と「早期発見」が大切です。

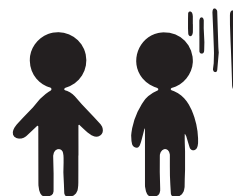
日頃のセルフケアはもちろん、少なくとも年1回は、口の中の状態を歯科医院で診てもらいましょう。

今月の特集では「歯」と「口」の健康について紹介します。

高萩市の歯と口の状況 (参考：健康たかはぎ21 (第3次)市民アンケート)

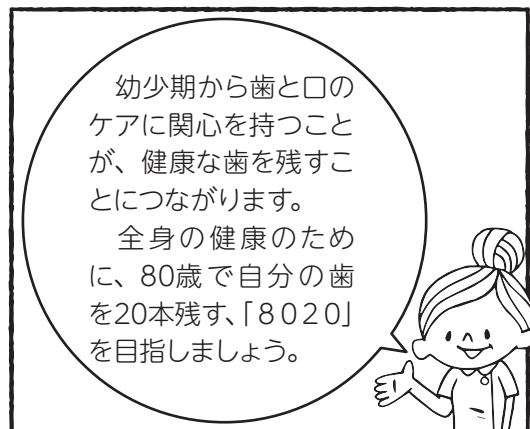


過去1年間に歯科健診を受けた人の割合



特に青壮年期で
半分以下

※小数点以下端数処理のため合計が100%にならないことがあります。



■問合せ 健康づくり課 ☎24-2121

定期的な歯科健診の受診率は、学童期・思春期が高い一方、青壮年期では低くなっています。

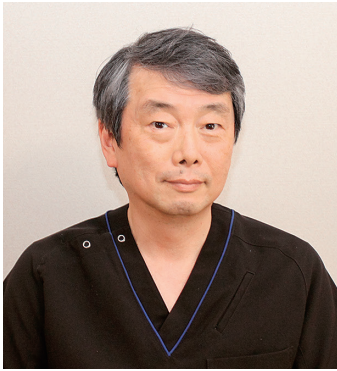
さらに、歯周病は症状が進むまで気づきにくいいため、実際は、より多くの人が歯周病にかかっている可能性があります。

また、歯周病は、青壮年期から高齢期にかけて増加する傾向があります。

しかし、むし歯を治療していない人も一定数見受けられます。

現在むし歯がない人の割合（治療済を含む）は、世代を問わず半数を超えています。

本市の歯と口の状況は



高萩市歯科医師会 会長

すぎた ゆういち
杉田 裕一 先生

杉田歯科医院 院長 / 日本歯周病学会 指導医

日頃の口腔ケアの重要性や、最近耳にする「オーラルフレイル」対策について、お話を伺いました。

日頃の口腔ケアの重要性を教えてください。

口腔の健康を保ち、むし歯や歯周病の進行を抑えるには、お口の中を清潔に保つことが重要です。毎日の歯磨きはもちろん、むし歯や歯周病を適切に治療して、口腔内の健康を維持することが大切です。

歯のメンテナンスが必要な間隔は人それぞれ異なるので、かかりつけ歯科医へ相談しましょう。

「オーラルフレイル」とは、どのような状態ですか。

加齢とともに心身の活力(運動・認知機能等)が低下していくことを「フレイル(虚弱)」と言います。オーラルフレイルはそのうち、「噛む・飲みこむ・話す」といった、口腔機能が衰えていく状態を指します。

オーラルフレイル予防の重要性を教えてください。

噛む・飲みこむ力が弱くなると、食生活に支障をきたします。オーラルフレイルを放置すると、食生活が乱れ、全身の健康や社会参加にも影響を及ぼします。予防のためには、日頃から、自分のお口の状態を知ることが大切です。

かかりつけの歯科医を持ち、将来を見据えた口腔ケアに取り組みましょう。

自分の口の状態を知ろう！ オーラルフレイル セルフチェック

質問事項	はい	いいえ	質問事項	はい	いいえ
半年前と比べて、硬いものが食べにくくなった	2	0	半年前と比べて、外出が少なくなった	1	0
お茶や汁物でむせることがある	2	0	さきイカ・たくあんくらいの硬さの食べ物を噛むことができる	0	1
義歯を入れている	2	0	1日に2回以上、歯を磨く	0	1
口の渇きが気になる	1	0	1年に1回以上、歯医者に行く	0	1

● 合計点数が 0～2点：危険性は低い 3点：危険性あり 4点以上：危険性が高い

出典：東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規、飯島勝矢

ライフステージに応じた
市の主な取り組み

妊娠・乳幼児期

- 妊娠期は、ホルモンバランスの関係から歯周病になりやすく、早産の一因になることも。
- 乳幼児期は乳歯が生え、歯のケアが始まる大事な時期。
- パパ・ママレッスン
- 乳幼児健診・歯科健診
- 赤ちゃん教室

学童・思春期

- 乳歯が永久歯に生え変わる大切な時期。毎日の歯磨きと、定期的な歯科健診を習慣づけましょう。
- 歯科相談
- 学校での健康歯科教室
- フッ化物うがい支援

青壮年期以降

- 定期健診の機会が減り、歯周病が増え始める時期。規則正しい生活習慣とともに、歯・口腔ケアを心がけましょう。
- 歯科相談
- 歯周病検診
- 歯と口腔に関する講演会

市は日本歯科大学と連携し、歯周病検診・講演会を行っています。



令和5年度 情報公開・個人情報保護制度 実施状況



市民の皆さんの理解と信頼を深め制度の適正な運営を図るため、情報公開や個人情報保護制度の実施状況を公表しています。令和5年度の実施状況は、下記のとおりです。

※令和5年度から、市が保有する個人情報は、個人情報の保護に関する法律に基づいて取り扱っています。

1 情報公開請求の実施機関別件数

(単位 件)

実施機関名	公開請求	公開請求の処理状況				取下げ	審査請求 (内処理中)
		公開	部分公開	非公開	処理中		
市長	9	2	6	1	—	—	0(2)
消防長	3	2	1	—	—	—	—
教育委員会	1	—	1	—	—	—	—
その他委員会	—	—	—	—	—	—	—
議会	—	—	—	—	—	—	—
合計	13	4	8	1	—	—	0(2)

2 個人情報開示請求の実施機関別件数

(単位 件)

実施機関名	個人情報 ファイル簿	開示 請求	開示請求の処理状況			
			開示	部分開示	不開示	取下げ
市長	55	5	2	2	—	1
消防長	5	—	—	—	—	—
教育委員会	2	—	—	—	—	—
その他委員会	2	—	—	—	—	—
合計	64	5	2	2	—	1

※ 非公開及び不開示は、情報の不存在を含む。

お仕事 魅力紹介



生活に彩りと美味しさと楽しさをプラスする

10棟のビニールハウスの中には、色とりどりの鮮やかな花やハーブが並びます。柴田農園は、昭和43年に柴田農場として創業。平成28年に柴田農園へと改名しました。ハーブやエディブルフラワーと呼ばれる食用花の生産をメインに、花苗や野菜の生産・販売などを行っています。

3代目を担う代表の柴田祥平さんは、就農後、エディブルフラワーに注目。広島県内の農園でノウハウを学び、茨城県内では珍しい栽培を始めました。現在は、年間で約200種類のベビーリーフ・ハーブ・エディブルフラワーを、農薬を使わずに土耕で栽培しています。その多くは県内外のレストランなどへ提供されています。

「農園内でワークショップを開催したい」と今後の目標を語る柴田さん。「自分がかかわる人みんなが幸せになれば」という思いを胸に、これからも花やハーブを通して人々を笑顔にしていきます。



柴田農園

代表 柴田 祥平
住所 高萩152
TEL 22-4405

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



4/6
(土)



春日桜ライトアップ

📍 春日児童公園 ※まちづくり支援金事業

春日さくらの会が、まちづくりイベントとして桜をライトアップ。コンサートや大抽選会なども行われ、来場者は夜桜と共に楽しみました。



4/14
(日)



丹生神社 棒ささら

📍 丹生神社

5年ぶりに、市無形民俗文化財である丹生神社の棒ささらを奉納。お囃子に合わせて3体の獅子が舞い、地元の安全・五穀豊穡を祈願しました。



4/18
(木)



輪島市へ 義援金を贈呈

📍 石川県輪島市役所

イベント会場や市内中学校、市役所などで集まった義援金を輪島市に届けました。一日も早い復興を心からお祈り申し上げます。



4/27
(土)



地震・津波避難訓練

📍 市内

高萩小・東小・高萩中の3校合同で避難訓練が行われました。東小の児童は、避難場所の高萩高校までの経路を確かめながら移動しました。



4/28
(日)



山菜まつり

📍 花貴物産センター

たらの芽やうど、こごみなどの山菜の天ぷらが無料で振る舞われ、多くの来場者が旬の恵みを堪能しました。



4/30
(火)



高萩高校生 生け花を寄贈

📍 市役所

日本の伝統文化を学ぶ授業で生けた作品を、寄贈していただきました。生徒らは「生け花を見た人が、明るい気持ちになったら嬉しい」と述べました。



5/3・4
(金)祝(土)祝



新緑そばまつり 山手集落センター

北方蕎麦の会により、ひきたて・打ち立て・茹でたてのそばが提供されました。来場者は香りの良いそばを心ゆくまで味わいました。



5/3・4
(金)祝(土)祝



国際交流のつどい 松岡地区公民館

都内の大学から留学生10人を迎え、5年ぶりに開催。茶道・琴の体験を通じた交流を行い、日本の伝統文化に触れました。

おめでとうございます

令和6年 春の叙勲



すいほうたんこうしょう
瑞宝単光章
—社会福祉功労—
みくに しょうじ
三國 省治 さん
(元民生委員・児童委員)



昭和59年12月から令和4年11月までの長きにわたり、民生委員・児童委員として、常に職務に精励し、地域福祉の充実に努められました。

住民福祉に係る相談・支援・見守り活動を継続し、役職を退いた後も、新任民生委員の活動に助言するなど、民生委員活動の手本となり、地域福祉の向上に多大な貢献をされました。



新しい農業委員・農地利用最適化推進委員決定

任期満了に伴い、新しい農業委員11人が市長から任命され、農地利用最適化推進委員10人が農業委員会から委嘱されました。

両委員は相互に連携し、農地の集積や遊休農地の発生防止・解消など、農地利用最適化の推進活動を行います。

農業委員



農地利用最適化推進委員





総合防災訓練

洪水災害・土砂災害を想定した避難訓練を行います。
災害時に一人ひとりが適切な避難行動をとれるよう、避難力を強化し「逃げ遅れゼロ」につなげましょう。

▶日時 6/30(日) 9:15 ~ 11:30
※雨天中止

▶対象 関根川沿岸地区の人

▶訓練内容 防災行政無線から訓練放送をします

🔊 9:15 高齢者等避難 → 高齢者・障がいのある人などは避難開始

🔊 10:00 避難指示 → 自宅近くの避難場所へ避難開始

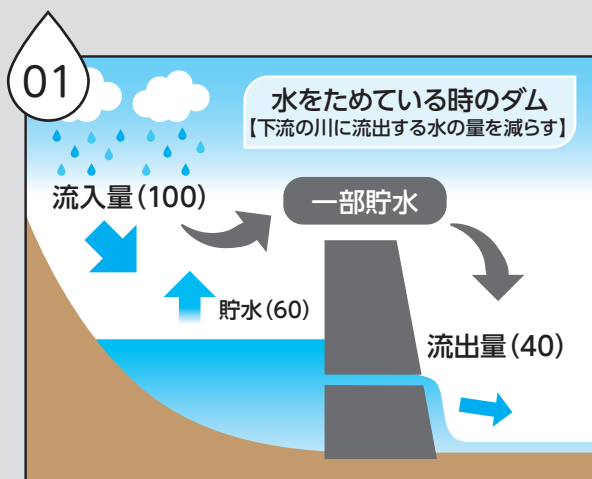
▶避難場所 ●リーベロたかはぎ ●高萩清松高校
●総合福祉センター(福祉避難所)

▶その他 10:50 ~ 「車中泊避難」講習会を総合福祉センターで行います。

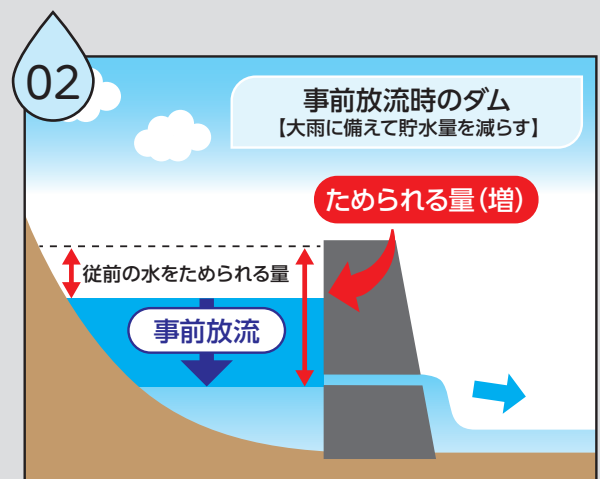


花貫ダムの役割

■問合せ 花貫ダム管理事務所 ☎22-3524
高萩工事事務所 ダム管理課 ☎22-2323



ダム上流から入ってくる水の一部をダムにため、下流に流す水の量を減らし、下流の洪水被害を軽減しています。



大雨が予想される時には、事前に放流してダムにためられる量を増やし、洪水から地域を守る役割を果たしています。



サイレンが鳴ったら川から離れて

ダムから放流する水量が増え、下流で急激な水位の上昇が予測される場合に、警報局・警報車がサイレンを鳴らします。すぐに川から離れましょう。

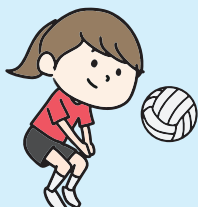
スポーツのお知らせ

■ 問合せ 生涯学習課 ☎23-1132

4/21
(日)

バレーボール連盟 春季リーグ大会

市民体育館



優勝 RUSH
準優勝 ユニオン
第3位 B-フレンズ

4/28
(日)

寺子屋2024 春季ソフトボール大会

高浜スポーツ広場



優勝 ハイブッシュクローバー
準優勝 会瀬シャークス
第3位 和楽



県少年少女空手道選手権大会 関東大会に出場

4/28(日)に県武道館で行われた「県知事杯 県少年少女空手道選手権大会」の小学1年女子・形競技に高埜紗世さんが出場し、第4位の好成績を収めました。

11月に同会場で開催予定の関東大会へ出場する切符を手にしました。



たかの さよ
高埜 紗世 (松岡小1年)

優待

Jリーグ 水戸ホーリーホック ホームゲーム「高萩市の日」



市内在住・在学・在勤者は、対象席を特別価格で購入できます。

- ▶ 日 時 6/16(日) 17:00 キックオフ
- ▶ 場 所 ケーズデンキスタジアム水戸
- ▶ 対戦相手 ブラウブリッツ秋田
- ▶ 対 象 席
 - メインサイド自由席(1,500円)
 - バックホーム自由席(1,000円)
 - ゴール裏ホーム自由席(500円)
- ▶ 申込方法 「高萩市の日ご優待販売」サイトから申し込み。



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。

新価格登場！！
ジムLITE会員
月会費
3,980円 (税抜)
(4,378円税込)



充実したマシンラインナップ！！
ランニングマシン18台、バイク系7台、
筋トレマシンの12種目以上トレーニングが可能！
フリーウエイトも充実！！

施設見学・無料体験会実施中
新規会員様募集中！！

詳細はこちら ▶



受付時間
平日10:00～21:00
土曜11:00～20:00
日・祝11:00～17:00
〒318-0003
高萩市下手綱1449-1

JOYFIT 24 高萩

天使のつぶやき

『口頭詩』をご存じですか？

幼少期の子どもの発想や疑問、言い間違いなどのつぶやきを、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

ママ ここ

『カニ』にさされたみたい

たいよう 5歳

あした おゆ かってこようね！

ひまり 2歳

「かに」じゃなくて「か」でしょ？と言うとうん『かに』にさされたんだよねー、と。

入浴時、お湯がない浴槽を見て。



はぎハピHP

萩っ子 つどいの広場

■問合せ 萩っ子つどいの広場 ☎24-8885

総合福祉センター2F 開館 9:30～12:00／13:00～15:30 ◆対象 未就学児と保護者

4/25
(木)

こいのぼり製作



5月の節句に先駆けて、紙にシールをぺたぺたと貼って、親子でこいのぼりを作りました。

イベント案内(予約制)

7/11(木) 10:30～11:00 予約 6/11(火) 9:00～

バルーンアートショー & 作ってみよう

なにができるか、わくわくするバルーンアートショー。作ってみようタイムもあります。

7/25(木) 10:30～11:00 予約 6/25(火) 9:00～

フルーツとチェロとピアノのコンサート

素敵なお色の生演奏♪
お子さんと一緒に楽しみませんか。

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気軽に相談ください。

豆知識

小さくても栄養や健康効果が抜群なブルーベリー。

果実についている白い粉はブルームと呼ばれ、水分蒸発を防ぎ、病気を予防するために自ら出す物質です。果実に強く触れたり、収穫から時間が経過すると取れてしまうので、新鮮さの目安にもなります。

抗酸化ビタミン、食物繊維、アントシアニンなどの栄養素が豊富に含まれているので、毎日の食卓に取り入れるのがおすすめです。



子育てカレンダー

総 総合福祉センター ☎24-2121
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

6月

日付	イベント・行事	時間	予約制
5日(水)	総 栄養・歯科相談 総 1歳6か月児健診 総 2歳児歯科健診	10:30～11:30 13:00～14:00 14:00～15:00	●
6日(木)	萩 レインボーおはなしの会	10:30～11:00	●
11日(火)	総 すくすくサロン	9:45～11:30	●
13日(木)	萩 親子でハッピーはのはなし 乳幼児期の歯磨き	10:30～11:00	●
15日(土)	図 おりがみ教室	11:00～12:00	
17日(月)	萩 14:30まで開館		
18日(火)	総 すくすく助産師相談	9:00～12:00	●
20日(木)	萩 赤ちゃん教室「はみかきと食習慣」 (参加者以外は13:00～開館)	9:45～11:30	●
22日(土)	図 おはなし会	11:00～	
23日(日)	萩 12:00まで開館		
27日(木)	萩 ヒロ子さんのエプロンシアター	10:30～11:00	●

7月

日付	イベント・行事	時間	予約制
2日(火)	総 すくすくサロン	9:45～11:30	●
4日(木)	萩 レインボーおはなしの会	10:30～11:00	●

子育て インフォメーション



児童手当 支払日

6月10日(月)

現況届 提出不要に

※提出が必要な方へは、6月上旬に通知します。

支給額などの認定内容は、10月上旬ごろにお知らせします。

10月に児童手当の制度改正予定です。
(内容は決定次第お知らせします)

対象

中学3年生までの児童
(15歳の誕生日以降の最初の3/31まで)

対象年齢		支給月額
3歳未満 (一律)		1万5,000円
3歳以上 小学校修了前	第3子以降	1万円
	第1・2子	
中学生 (一律)		5,000円
特別給付 (所得制限限度額以上)		5,000円

■問合せ 子育て支援課 ☎23-2129

障がいに関する手当



手当を希望する人は、社会福祉課へお申し込みください。

障がいのあるお子さんへ

障害児福祉手当

身体・精神の障がいが重度で、日常生活で常に介護が必要な20歳未満の子

▶ **手当額** 月額 1万5,690円

▶ **対象にならない場合**

児童福祉施設などに入所している など

里親制度説明会

子どもたちの未来のために、里親制度を知ることから始めてみませんか。

◆ **日時** 7/15(月・祝) 14:00 ~ 16:00

※受付 13:40 ~

◆ **場所** 日立市民会館 (日立市若葉町1-5-8)

◆ **内容** 里親制度と地域支援、里親体験談

◆ **定員** 30名 ※無料

◆ **申込方法** 電話/メールで申し込み。

☎029-291-3770

✉satoriku@doujinkai.or.jp

■問合せ 児童家庭支援センター あいびー
☎029-291-3770

障がいのあるお子さんを育てている家庭へ

心身障害児童福祉手当

市内に1年以上在住し、3歳以上20歳未満の障がいのある子を家庭で養育

● **重度** 月額 5,000円

○身体障害者手帳 1・2級

○療育手帳 A・A

○身体障害者手帳 3級と療育手帳 B 以上

○精神障害者保健福祉手帳 1級

● **中度** 月額 3,500円

○身体障害者手帳 3・4級

○療育手帳 B

○精神障害者保健福祉手帳 2級

特別児童扶養手当

20歳未満の障がいのある子を養育

● **手当1級** 月額 5万5,350円

○身体障害者手帳 1・2級程度

○療育手帳 A・A程度

○精神障害者保健福祉手帳 1級程度

● **手当2級** 月額 3万6,860円

○身体障害者手帳 3級程度

○療育手帳 B程度

○精神障害者保健福祉手帳 2級程度

■問合せ 社会福祉課 ☎23-7030



～「すこやか生活」たかはぎFMで放送中～

毎月第2火曜日の12:00～13:30。

今回のテーマは

「健康診査(大人の健診)について」です。



76.8Mhz

■問合せ 健康づくり課 ☎24-2121

40歳以上
大腸

がん検診 容器配布



検診を希望する人は、問診票をお持ちの上、健康づくり課窓口(総合福祉センター内)で、検査容器をお受け取りください。

配布期間 6/6(木)～8/30(金) 9:00～17:00 ※土日祝除く
【土曜】6/8(土)のみ 9:00～12:00

料 金 600円

対 象 40歳以上の市民(R7.3月末の年齢)

検診内容 便潜血検査2日法(便をとる検査)

注意事項 容器の回収日は、配布時にお知らせします。
問診票がある人は、容器を受け取る際にお持ちください。
問診票がない人は、容器配布時にお渡しします。

こころの健康相談

『眠れない、考えがまとまらない、家族の様子が心配』などの症状で悩んでいませんか。
こころの健康でお悩みの方やご家族の相談を、精神科医と保健師がお受けします。

- ▶日時 毎月第1・4水曜日 午後(要予約)
- ▶場所 日立保健所(日立市助川町2-6-15)
- ▶費用 無料
- 問合せ 日立保健所 ☎0294-22-4196



県北医療センター 高萩協同病院 市民公開講座

「大腸癌 ～治療の前に知っておきたいこと～」

【講師】県北医療センター高萩協同病院 外科医師 いながわ さとし 氏

「人は血管とともに老いる それを少しでも防ぐには？」

【講師】県北医療センター高萩協同病院長 循環器内科医師 わたなべ しげゆき 氏

- ▶日時 6/15(土) 14:00～16:00 【受付】13:30～
- ▶場所 総合福祉センター 多目的ホール
- ▶料金 無料(申込不要)
- 問合せ 県北医療センター高萩協同病院 ☎23-1122

6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
胃がん集団検診	10(月)・15(土) 18(火)・27(木)	7:00～9:30	40歳以上の市民(*予約制)
こころの相談 (精神保健相談員の相談)	28(金)	9:30～12:00	市民(*予約制)

こうのとりに応援事業 不妊・不育症治療への助成

■ 問合せ 健康づくり課 ☎ 24-2121



お子さんを授かるための治療に臨む人を応援するため、特定不妊治療^{※1}と併せて行われる「先進医療」^{※2}や「不育症」^{※3}の検査・治療への費用を助成します。



- ▶ **対象**
- ・ 治療開始時点で、妻の年齢が43歳未満
 - ・ 医師により、先進医療以外の方法で妊娠の見込みが少ない、または不育症の治療が必要との診断 など

- ▶ **助成額**
- 先進医療：10万円／回
 - 不育症：5万円／年

- ▶ **申込方法** 健康づくり課へ電話または窓口で相談の上、申し込み。

※1 特定不妊治療とは、体外受精・顕微授精または男性不妊治療を伴う生殖補助医療のこと。

※2 先進医療とは、厚生労働大臣が告示した治療・技術のこと。

※3 不育症とは、妊娠後2回以上の流産・死産、もしくは生後1週間以内に死亡し、子どもを得られないこと。

健康コラム

近年「前立腺がん」が増加傾向にあり、高齢化や食生活の欧米化が、主な要因と言われています。

また、「PSA検査」の普及による早期発見も一因に挙げられます。PSA検査とは、前立腺から分泌されるPSAタンパクが血液中に存在する量を測定する検査で、これまで発見が難しかった初期の前立腺がんが格段に見つかりやすくなりました。

PSA検査はとても簡単で、健診時の血液検査に

前立腺がんの早期発見について

オプションとして追加できます。

年齢別に見ると、前立腺がんは50歳代以降に多く見られますが、初期では自覚症状がないため、定期的な検査による早期発見・早期治療が肝要です。

特に、50歳代以降の人に積極的なPSA検査をおすすめします。

県北医療センター高萩協同病院 健康管理センター課長 きくち ひでかず 菊地 秀和

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。



あいばるホール 高萩会館 ファミリーホール(家族葬) 高萩館
高萩市本町2-222 ☎0293-23-2000



ファミリーホール(家族葬) 中郷館
北茨城市中郷町下桜井1031 ☎0293-42-1000



あいばるホール 磯原会館
ファミリーホール(家族葬) 磯原館
北茨城市磯原町豊田1205 ☎0293-42-8000



あいばるホール 大津会館
北茨城市大津町2670 ☎0293-46-6000

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 & フューネラル
アイパルグループ

体に良い事、始めませんか？

■問合せ 高齢福祉課 ☎22-0080

シルバーリハビリ体操教室 (旧 元気アップ運動教室)

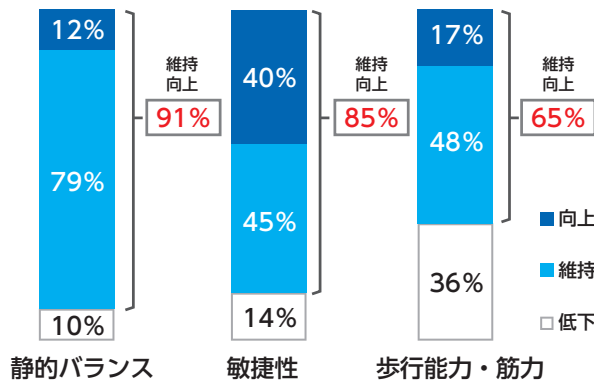
茨城県発祥の介護予防体操で、市内の集会所などで体操教室を行う「シルバーリハビリ体操教室」です。

「痛みが軽くなった」「動きやすくなった」等のご意見をいただいています。



- ▶対象 65歳以上の市民
- ▶料金 無料 ※初回のみ300円(保険料)
- ▶持ち物 上履き、飲み物、タオル、マスク
- ▶申込方法 各会場で当日申し込み。
- ▶日時・場所

R4・5年度 参加者42人の体力測定結果
(66～91歳)



加齢に伴い、筋力・バランス力が低下しますが、
参加者の91%のバランス力は「維持・向上」の効果がありました。

月	火	水	木	金
10:00～11:00				
●総合福祉センター ●高浜住宅集会所 ●駒木原集会所 ●市役所(展望ロビー)	●山手集落センター ●松岡地区公民館	●有明集会所 ●文化会館 ●小島団地集会所 ●和野集会所	●石滝上ノ台集会所 ●秋山南集会所 ●向洋台集会所	●竹内公民館 ●島名東集会所
14:00～15:00		13:30～14:30		
●総合福祉センター		●文化会館 ●島名多目的研修会館		

※日時・会場が急きょ変更になる場合があります。

介護予防のための シルバーリハビリ体操



①椅子に
深く座る。



②右脚を椅子の上に乗せ、
両手で抱える。



③椅子に乗せた右側の
お尻を少し持ち上げる。

④数秒間保持し、お尻を
下ろす。③・④を数回
繰り返す。

⑤左側も同様に行う。



・お尻を持ち上げるときは肩を水平に保ち、足は持ち上がらないようにする。
・足が上がらない人は、前方に補助的に椅子を置いて足を乗せるとやりやすい。

「椅子に座って行う体操」 ～膝抱えの体操～

バランス力の強化、腰痛予防、転倒予防、
股関節・膝関節の柔軟性を高める。

暮らしの情報



海岸清掃

▶日時 7/6(土) 8:00～
※1時間程度

【荒天時】7/7(日)

▶場所 高戸小浜海岸・高萩海岸
(関根川～花貫川河口付近)



▶準備 軍手など(ゴミ袋は事務局で用意)

▶回収 可燃物・缶・ビン・プラスチック類 など
※流木などの自然物は除く

▶問合せ 高萩市市民憲章推進協議会事務局
(環境市民協働課) ☎23-7031



よい歯のコンクール

▶対象

【親と子のよい歯のコンクール】

- 健康な歯を持つ母子・父子
- 満3～6歳(H30.4/2～R3.4/1生)のお子さんと母または父

【8020高齢者よい歯のコンクール】

- 80歳以上(～S19.3/31生)で、歯が20本ある人
※治療していても可

▶申込方法 必要事項を記入し、7/19(金)までに
はがき/FAXで申し込み。※必着

【郵送】〒310-0911 水戸市見和2-292-1
茨城県歯科医師会「8020事業係」

【FAX】029-253-1075

※申込者に口腔診査票を郵送します。

【必要事項】①郵便番号・住所 ②(親子の)氏名(ふりがな)
③性別(8020のみ) ④生年月日 ⑤電話番号
⑥かかりつけ歯科医師・歯科医院名・電話番号

▶入賞 各10人(組)程度

▶対象外 ●本コンクールの受賞歴がある人
(親子はペアが異なれば可)
●喫煙習慣のある親

▶問合せ 県歯科医師会 ☎029-252-2561



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、購入前に生涯現役推進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。

※現在、使われていない「でんてつハイカード」の払い戻し期限は9/30(月)まで。(10月以降の払い戻し不可)

▶日時 6/18(火)、7/4(木) 9:45～13:00

▶場所 総合福祉センター

▶問合せ 生涯現役推進課 ☎23-1125



オレンジカフェ・ほのぼの

地域の人・医療・福祉専門家が集まって楽しい時間を過ごします。認知症・介護の相談もできます。

▶日時 6/13(木) 10:30～12:00

▶場所 松岡地区公民館 ▶料金 無料

▶申込方法 下記へ電話で申し込み。

▶問合せ 高齢福祉課 ☎22-0080



フードバンク 「きずなBOX」設置

「きずなBOX」は、食品を提供するための寄付箱です。

寄付された食品は、フードバンク茨城を通じて、食品を必要とする世帯・福祉施設などへ提供されます。

▶寄付できる食品

(未開封・賞味期限が2か月以上で常温保存可)

- お米 ●レトルト食品 ●インスタント麺
- 缶詰 ●乾麺(うどん・そば・パスタ類) など

▶寄付できない食品

- 生鮮食品(野菜・果物など) ●要冷蔵・冷凍食品
- 割れやすい容器の食品 ●お酒 など

▶場所 市役所1階 総合受付前

平日 8:30～17:15 土日 9:00～17:00

▶問合せ 社会福祉課 ☎23-7030



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



★お問合先(受付時間 8:00～17:00)

0293-44-6701

穂積・神永までお気軽に連絡ください





高萩の昔話と伝説 ～昔がたり～ ※まちづくり支援金事業

- ▶日時 6/15(土) 10:30～ 【開場】10:00
- ▶場所 穂積家住宅
- ▶内容 民話がたり・民話カレンダー・かるたの展示
- ▶問合せ 高萩民話の会 ほおずき 会沢
☎090-1211-8103



ミュージアムコンサート・朗読会

- ▶日時 6/16(日) 13:30～ 【開場】13:00
- ▶場所 歴史民俗資料館
- ▶内容 市民グループによる朗読・ピアノ演奏
- ▶料金 無料 ▶定員 100人 (申込不要)
- ▶問合せ 生涯学習課 ☎23-1132

菖蒲まつり

- ▶日時 6/16(日) 10:00～ ※なくなり次第終了
- ▶場所 花買物産センター
- ▶内容 ●蒸したての柏餅の販売 (90円/1個)
●菖蒲・よもぎの配布
- ▶問合せ 花買物産センター ☎28-0808



妊活・不妊オンライン相談

- 妊娠・出産のさまざまな悩みに、看護師・臨床心理士などの専門職がLINE等で応じます。※匿名相談可。
- ▶対象 県内在住・在学・在勤の人
 - ▶問合せ 県福祉部 子ども政策局 少子化対策課
☎029-301-3257



労働保険 年度更新

- 申告は、便利な電子申請をご利用ください。
雇用・労災保険率、申告書の書き方、電子申請などは、ホームページをご覧ください。
- ▶申告・納付期限 7/10(水)まで。
 - ▶問合せ 茨城労働局各労働基準監督署・ハローワーク・労働保険徴収室
☎029-224-6213



狩猟免許取得費 助成

駆除に必要な狩猟免許を新たに取得する人に、免許取得費を一部助成します。

試験日	種類	場所
6/15(土)	第一種 第二種銃猟	県狩猟者研修センター (笠間市石寺680)
7/10(水)	網猟・わな猟	
8/4(日)	第一種 第二種銃猟	
9/14(土)	網猟・わな猟	県土浦合同庁舎 (土浦市真鍋5-17-26)
12/10(火)	網猟・わな猟	

- ▶試験時間 9:30～16:00
- ▶問合せ 農林課 ☎23-7035



不法投棄 アプリで通報

不法投棄通報アプリ「^{ピリカ}PIRIKA」をインストールし、スマートフォンなどから不法投棄の写真・状況説明などを簡単に情報提供できます。

- ▶問合せ 県廃棄物規制課
☎029-301-3035



農産物等放射能 無料測定検査

- ▶対象
 - 市内の飲用井戸水・野菜(山菜等)・狩猟肉 など
 - 自宅の庭・家庭菜園等の土 など
 ※お店での購入品・販売目的のものは対象外
- ▶注意点
 - 野菜など 水でよく洗い、細かく切って**600g程度**お持ちください。
 - 井戸水 きれいに洗ったペットボトルなどに入れて、**1ℓ以上**お持ちください。
 - 土 厚めの丈夫なビニール袋に入れて、**1kg程度**お持ちください。
- ▶予約方法 危機対策課へ電話で申し込み。
10:00～16:00 ※月火木金のみ
- ▶問合せ 危機対策課 ☎23-2215

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)

一人ひとりの「前向き」な未来のスタート！
高校生活に不安や心配を抱えている方へ、
第一学院高等学校では6月中に入学の手続き
をしていただければ、同級生と同じタイミン
グで卒業が目標です。個別相談会を随時受
け付けておりますので、お気軽にご相談く
ださい。

TEL 0293-20-5800
〒318-0001 茨城県高萩市赤浜2086-1
E-mail: takahagi@daichigakuin.ed.jp
URL: www.daichigakuin.ed.jp 教育相談担当

暮らしの情報



甲種防火管理者資格 取得講習会

- ▶日時 8/1(木)～2(金)
- ▶場所 総合福祉センター2階 研修室
- ▶定員 50人
- ▶料金 4,000円(テキスト代含む)
- ▶申込方法 7/1(月)～12(金)に、消防本部窓口へ申し込み。
- ▶問合せ 消防本部 予防課 ☎22-2918



税務職員 採用試験

- ▶第1次試験 9/1(日) ▶試験の程度 高卒程度
- ▶申込方法 6/14(金)～26(水)に、人事院ホームページから申し込み。
- ▶問合せ 人事院 人材局 試験課
☎03-3581-5311
9:00～17:00 ※土日祝除く

夏休みキャンプ教室

- ▶日時 7/20(土) 9:00～21(日) 13:00(1泊2日)
- ▶場所 陸上自衛隊勝田駐屯地(ひたちなか市勝倉3433)
- ▶対象 県内在住の小学生(要保護者同伴)
- ▶定員 小学生・保護者 計70人程度※申込多数の場合は抽選
- ▶内容 ●自衛隊テント設営 ●キャンプファイヤー
●飯ごう炊さんなど ※天候などによる変更あり
- ▶料金 1人2,500円
- ▶申込方法 必要事項を記入し、6/17(月)までに、郵送(往復はがき)で申し込み。※必着
- 【宛先】〒312-8509 勝田駐屯地 広報班 宛
- 必要事項(参加者全員分)
- ①氏名(ふりがな) ②生年月日 ③年齢 ④職業・学年
- ⑤性別 ⑥住所 ⑦電話番号 ⑧食物アレルギー
- ▶問合せ 陸上自衛隊 勝田駐屯地 広報班
☎029-274-3211

子ども文化教室 一日体験講座 ～日本の文化や芸術に楽しく触れる～

- ▶日時 6/22(土) 10:00～14:00
※受付 9:30～13:30
- ▶場所 総合福祉センター・リーベロたかはぎ
- ▶内容 生け花・茶道・琴・書道・組紐体験 など
- ▶対象 小・中学生
- ▶料金 無料
- ▶問合せ 文化協会事務局(生涯学習課内)
☎23-1132



環境講演会 気候変動と自己肯定感 ※まちづくり支援金事業

- ▶日時 6/23(日) 14:00～16:00 【受付】13:30～
- ▶場所 総合福祉センター2階 会議室
※託児あり(先着順)
- ▶講師 谷口たかひさ氏(環境活動家/作家)
- ▶料金 無料(フリーカンパ制) ※予約制
- ▶問合せ Espoir 高橋 ☎090-3216-9212

パレット水彩画クラブ展

- ▶日時 7/7(日)～14(日) 9:00～17:00
※初日 13:00から 最終日 16:00まで
- ▶場所 リーベロたかはぎ
- ▶問合せ パレット水彩画クラブ 丹野
☎23-4932



宝くじ文化公演 オークストラで歌う 「青春ときめきラブソング」

- ▶日時 7/28(日) 16:00～ 【開場】15:30
- ▶場所 文化会館
- ▶出演者 岡本真夜・澤田知可子・相川七瀬 ほか
- ▶料金 【全席指定】2,500円(当日 3,000円)
※宝くじの助成により特別料金
※未就学児は入場不可
- ▶購入方法 6/12(水) 9:00以降に
文化会館・田所書店で販売。
- ▶問合せ 文化会館 ☎23-7411



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。

自分らしさが、
明秀らしさ

本校 HP

特進 ST コース
2年次
特進 ST コース
GS コース
特進 S コース
特進 A コース

明秀学園日立高等学校
TEL 0294(21)6328

いばらきシニアカード

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) 大貫園
〒318-0032 高萩市大和町2-49
☎0293-22-3247



図書館

■問合せ 図書館 ☎23-7174



図書館



電子図書館

六月(水無月)

日	月	火	水	木	金	土
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	1	2	3	4	5	6

休館日は色塗り。○印の毎週土曜日は、小さなお子さん連れの人も気兼ねなく利用できるファミリータイム(10:00～12:00)。

平日(3～10月)	9:30～17:50
土・日・祝日	9:30～17:00
水曜日	9:30～18:50

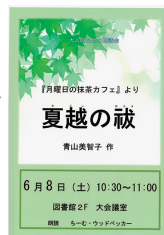


- ・命を守る「すい臓がん」の新常識 花田敬士 著/日経 BP
- ・老いてお茶を習う 郡ようこ 著/KADOKAWA
- ・地球の歩き方 ハワイ オアフ島&ホノルル 地球の歩き方編集室 編/Gakken
- ・レストランのおばけずかん むげんナポリタン 斉藤洋 作・宮本えつよし 絵/講談社
- ・ちいかわをさがせ!! ナガノ 絵・原作/KADOKAWA

イベント

大人のための朗読会

6月8日(土) 10:30～ ▶場所 2階 大会議室
 作品 青山美智子 著 読み手 ちーむ・ウッドベッカー
 『月曜日の抹茶カフェ』より「夏越の祓」



おりがみ教室

6月15日(土) 11:00～ ▶場所 児童室前
 「楽しくかざろう! 雨の日リース」
 (かえる・あじさい・てるてる坊主 など) ▶

おはなし会

6月22日(土) 11:00～ ▶場所 児童室
 絵本 そらまめくんのベッド
 紙芝居 ありのぼうけん
 パネルシアター さるとおじぞうさま



おすすめの一冊

るるぶ 福井県立恐竜博物館

／JTB パブリッシング

恐竜博物館の徹底ガイド・グルメ・おみやげを紹介。福井県内の観光スポットや、かつやま恐竜の森の案内も。北陸新幹線が福井敦賀駅まで開業し、アクセスが良くなった福井を旅してみませんか。

電子書籍の楽しみ

別冊 Lightning Vol.232 今日からできる!いちばん身近なアウトドア体験。
 自宅でキャンプ

キャンプ飯・ベランダバーベキュー・リビングテントの子ども部屋など、誰でも簡単にできるアウトドアを紹介。



公民館

■問合せ 生涯現役推進課 ☎23-1125
 松岡地区公民館 ☎24-0424

※4月から中央公民館は総合福祉センター内へ移転しました。

募集① できたて豆腐作りに挑戦

- ▶対象 小学生以上と保護者 ▶場所 松岡地区公民館
 ▶日時 7/30(火) 9:30～11:30 ▶定員 8組(16人)
 ▶料金 450円(受講料(親のみ)・保険料含む)

募集② ラジオ作成&電波を学ぼう

- ▶対象 小学生以上と保護者 ▶場所 総合福祉センター
 ▶日時 8/3(土) 9:30～12:00 ▶定員 10組(20人)
 ▶料金 450円(受講料(親のみ)・保険料含む)

申込方法

各窓口(松岡地区公民館・生涯現役推進課)
電話 / メール / で申し込み。※先着順

必要事項

- ①郵便番号 ②住所 ③氏名
 ④電話番号 ⑤年齢



申込フォーム

「俳句」俳句「萩の会」選

あけびばり
揚雲雀関東平野に果いくつ

雲雀の目となり、高い空の上から関東平野を見渡しているような壮快な一句。

鈴峰

のどけしや草食む山羊の親子づれ

ぽかぽかとした春の日の草原、親子で過ごす幸せを噛みしめている山羊たち。

榛名

ダイエット見た目変らず山笑ふ

「山笑ふ」は春の山のこと。前向きにがんばる作者に山々も笑いかけている。

ていこ

市民のための

無料相談

■法律相談(予約制)

日時: 6/28(金) 13:30 ~ 15:30

場所: 市役所3階 会議室

相談員: 県弁護士会所属の弁護士

申込み: 6/24(月) 8:30以降に
電話で秘書広報課へ。

定員: 先着6名 ※1人20分程度。

6か月に1回限り。

●秘書広報課 ☎23-7321

■行政相談(申込不要)

日時: 6/13(木)・27(木) 13:30 ~ 15:00

場所: 市役所1階 会議室

行政相談委員: 矢代 博一

●秘書広報課 ☎23-7321

■家庭児童相談(予約制)

日時: 6/11(火) 13:30 ~ 16:30

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: 6/18(火) 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)

法律相談(弁護士)

日時: 6/20(木) 13:00 ~ 15:00

場所: 総合福祉センター2階 会議室

申込み: 6/19(水) 16:00までに

電話で社会福祉協議会へ。

定員: 先着5名

※一般相談員(民生委員)も同席します。

※1人年度内3回まで。

●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 ~ 16:00

●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した

~社会福祉協議会へ~

<金員預託>

・秋山上北方子ども会 2万4,866円

・匿名1名 1,511円

<物品預託>

・匿名1名 未使用タオル 27枚

使用済み切手・テレカなどの収集にご協
力くださり、ありがとうございました。

トイレ汲み取りの休み

6月

8(土)・9(日)・16(日)・
22(土)・23(日)・30(日)

7月

6(土)・7(日)・14(日)・
15(月)・祝・21(日)・27(土)・
28(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)

6月

日	病院・医院名(所在地)	電 話
9日	たばたクリニック(高戸)	(20)5511
16日	おじま内科・消化器内科 クリニック(東本町)	(44)6300
23日	高萩それいゆ病院 (上手綱)	(24)0770
30日	やすらぎの丘 温泉病院(下手綱)	(24)1212

7月

日	病院・医院名(所在地)	電 話
7日	滝川医院(春日町)	(23)3100
14日	たばたクリニック(高戸)	(20)5511
21日	高萩それいゆ病院 (上手綱)	(24)0770
28日	石川内科クリニック(安良川)	(44)3366

●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
- ◆マイナンバーカード交付申請サポート(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・市内採取物・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、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。

人口と世帯

令和6年5月1日現在(前月対比)

人口 25,815人(-94人)

男 12,897人(-35人)

女 12,918人(-59人)

世帯 11,391世帯(-32世帯)

4月 出生数 6人(+0)

死亡数 45人(+15)

転入 62人(-57)

転出 117人(-48)

※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

(R6.4.30現在)(前年比)

人身事故発生件数 10人(-2)

死者数 1人(+1)

負傷者数 11人(-2)

萩っ子の作品展

松岡小
6年



「月夜の湖」 白土 友大

ねじったティッシュで、木の葉と幹のうねりを表し、湖は半紙に水を染み込ませたところに墨を入れ、水面に写る木を描きました。
月夜の湖の静けさを表現しました。



「海の中の世界」 高橋 ひまり

筆使いを工夫し、海の中にいる生き物の様子を墨で半紙に表しました。
ストローで吹き流したところはイソギンチャク、にじませたところはウニ、筆先をかすれさせたところは海そうを表現しています。

ここが自慢 地域力

絵手紙クラブ萩



■連絡先 生涯現役推進課 ☎23-1125

ハガキに描いた絵と言葉、素朴で温かな味わいのある絵手紙。

「絵手紙はコミュニケーションツールのひとつ。きれいに描けなくてもよい。気張らないで描くのがよい。相手に送る楽しみがあり、ポストに届いた時の感動も魅力の一つです」と藤田敏美先生。日常生活で気になったもの、伝えたいものすべてがモチーフになります。

クラブ創設から13年目に入り「絵手紙に出会えて良かった。仲間と集まって話をしながら描くのが楽しいです」とクラブ生の佐久間さん。

誰かを想い、大切な気持ちを込めて「心の贈り物」を創作しています。

今月のプレゼント

■問合せ 秘書広報課
☎23-7321

和洋菓子

明 石 屋

季節のゼリーセット
5名様



季節にあわせた色とりどりの果樹園ゼリー

9:00～15:00 ※定休日 火曜
住所:本町1-55 ☎22-3256

応募方法

①郵便番号②住所③氏名④年齢⑤6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 6/28(金)まで ※当選者には引換券を発送します。

<ハガキ> 〒318-8511 秘書広報課
「市報6月号 プレゼント」係

<メール> info@city.takahagi.lg.jp
件名「市報6月号 プレゼント係」



応募フォーム



TAKAHAGI next
project ほおずきチーム

ほおずきアイデアレシピ ほおずき飴



レシピはこちら

高萩市の未来をより良いものとするため、地域の人と、市に興味を持って集まった人とで、市の魅力を再発見する取り組み。
(ほおずきレシピを開発)

■問合せ 環境市民協働課 ☎23-7031

3月号は54通の応募がありました。
プレゼントを提供していただけたお店を募集中。