



特集
まち
高萩を守る消防士

表紙	まち 高萩を守る消防士		
2	まちを守る～消防特集～	10	スポーツのお知らせ
5	まちの話題 ほか	11	防災コーナー ほか
7	すこやか	12	暮らしの情報
8	子育てインフォメーション	16	秋っ子の夢 ほか

まちを守る消防士

高萩消防署では、61人の消防職員が緊急の対応、火災予防のパトロール、さまざまな訓練などを行い、日々市民の安全・安心な暮らしを守っています。今回は、みなさんが知らない消防士の仕事について、1日の業務を通してお伝えします。



仕事をするときに心掛けていることは？

災害発生の際には、まず自分たちが災害に巻き込まれないよう、安全に活動することを心掛けています。災害の現場では、常に危険が伴います。そのため、どのような場面でも、大切な命に直結する場であるという危機管理意識を持ち、いかなる状況下でも「安全・迅速・確実」な活動ができる態勢を整えています。

救急車や消防車の出動件数は？

救急車の昨年1年間の出動回数は1,337回でした。新型コロナウイルス感染症流行による緊急事態宣言の影響から、前の年と比べると100件ほど減少しています。また、火災は昨年1年間に6件発生しました。件数は減少傾向にありますが、空気が乾燥するこの時期や風が強い日などは、火災が広がりやすいので注意が必要です。



どのような訓練がありますか？

火災・救助訓練など、さまざまな災害を想定した訓練を行っています。訓練中は、市民や地域を守るために、どのようにしたら良いかをチーム全体で考えて検証し、意見を出し合います。また、これらの意見をまとめ、共通認識を持って現場で生かすことができるよう、日々鍛錬しています。

消防士になろうと思ったきっかけは？

幼い頃からスポーツを続けていて、将来はその体力を生かせる職業に就きたいと考えていました。中学生の時に東日本大震災を体験して、それまで見たことのない悲惨な状況を目の当たりにしました。そのような状況の中、災害の最前線で活躍する消防士を見て、自分も消防士になりたいと思いました。

高萩消防署には10台の消防車両があり、現場の状況に合わせて出動します！

救急車



タンク車 (キャブス付き)



◀ 昨年12月に導入された泡を使って消火ができる車両。泡を使うことによって水の表面積を広げることができ、少ない水でより効率的な消火活動が可能となります。

はしご車





消防士の1日

訓練中や仮眠時など、24時間どんな時でも出動が最優先！
どのような活動をしていても、常に出動できる体制を整えています。

通信業務



消防車両や現場の状況などを常に把握し、現場に向かう消防士などに的確に指示します。

事務作業



屋外の業務だけでなく、報告書やさまざまな許可申請などの事務作業を行っています。

食事



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、間隔を空けて食事をとります。

仮眠



出動に備えながら、交代で仮眠をとります。仮眠中でも通報が入れば、即出動！

消防訓練



市民の生命と財産を守るため、毎日さまざまな状況を想定して訓練を行っています。



筋力トレーニング



人命救助や消火活動などの激務に耐える消防士にとって、日々のトレーニングはかせません。

指令！

指令の放送が入ればすぐに着替えて現場に駆け付けます。

出動！



1日の流れ (24時間勤務)

8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	6	7
●8時30分～	●9時30分～12時							●16時～17時		●18時～	●19時～			●22時～									●6時30分～
・勤務交代 ・車両点検 ・ミーティング	・訓練 ・事務処理など							・放水訓練 ・機械器具操作訓練 ・事務処理など		・車両点検	・事務処理 ・各種報告書の作成			・深夜勤務 交代で仮眠をとりながらの勤務									・全員起床 ・車両点検 ・庁内清掃 ・車両清掃
	昼食									夕食													朝食

まちを守るのは消防士だけじゃない 地域の 頼れる存在「消防団員」

消防団員とは？
消防団員は、普段は自身の仕事などをしながらも、いざ地域で災害があったときに出勤し、消防署と協力して防災活動などを行います。災害現場での活動を安全・迅速に行うには、地域のことを熟知している消防団員が果たす役割は重要です。また、防災啓発活動などに取り組む女性消防団員の力も大いに期待されています。

消防団組織

高萩市消防団
(定数350名)



名称	区域	名称	区域
第1分団	本町	第12分団	下手綱
第2分団	駅東	第13分団	大工町
第3分団	安良川	第14分団	川側
第4分団	島名	第15分団	二本杉
第5分団	北方	第16分団	若栗
第6分団	秋山中	第17分団	上君田
第7分団	秋山下	第18分団	下君田
第8分団	石滝	第19分団	横川
第9分団	駒木原	第20分団	大能
第10分団	高戸	第21分団	中戸川
第11分団	赤浜	第22分団	全区域

活動の様子



INTERVIEW



第22分団 団員
ねもと ようこ
根本 瑠子

5年前に一日消防長を経験したことがきっかけで入団しました。入団して良かったことは、活動を通じて地域の人たちとの交流の輪が広がり、一緒に防災の知識を学ぶことです。「いざ災害が起きたときにできること」が伝えられるよう、団員一丸となって練習に励んでいます。第22分団は、和気あいあいと仲が良く団結力のある分団です。これからも、地域の人たちのためになる活動を行っていきたいです。



第22分団 団員
ふくち みき
福地 未来

消防署の人からの誘いがきっかけで入団しました。活動内容は、主に広報活動。スーパーなどの入り口付近で防災啓発活動を行っています。また、市内の幼稚園などで防災教育や中学校での救命講習の補助として活動することもあります。活動を行う中で、地域の人から「ありがとう」の言葉をもらった時には、大きなやりがいを感じます。今後も地域を守る力になれるよう努めていきたいです。

消防団員大募集!!

あなたの力が地域の
安全・安心につながります!

対象

次の条件を満たす人

- 市内に居住、在勤している人
 - 18歳以上の人
 - 心身ともに健康な人
- ※詳しくは、下記へお問い合わせください。

■ 問合せ 消防本部 消防総務課 ☎22-2293



おめでとうございます

交通安全功労者表彰を受賞

長年にわたり交通安全活動を続ける大高忠さんおおたかただしが、令和2年度交通安全功労者表彰を受賞され、県交通対策協議会長より表彰状が授与されました。大高さんは、平成2年に高萩地区交通安全協会高萩支部に入会以来、30年間にわたり交通事故防止と交通安全思想の普及に貢献されています。また、市民間交通指導隊長、市交通少年団長として、地域の交通安全活動に尽力されています。



左から大部主任・大高さん・菊池署長

高萩高生徒が全国高等学校総合文化祭に出場!

高萩高等学校2年次の河内垂季さんかわちあきが、7月に和歌山県で開催される第45回全国高等学校総合文化祭への出場報告のため、市役所を訪れて大部主任を表敬訪問しました。河内さんは同校美術部に所属しており、昨年10月に開催された県北地区高等学校合同美術展に出展した油絵(写真中央)が特に優秀と認められ、美術・工芸部門の県代表として県高等学校文化連盟より出場推薦を受けました。



左から大部主任・河内さん



⑨ 年末の交通事故防止運動



年末は、日没時間の早まりとともに飲酒の機会が増え、交通事故が起こりやすくなります。一人ひとりが交通ルールを守り、正しい交通マナーの実践を願って、高萩警察署や交通安全協会高萩支部、交通安全の会のみなさんが、市役所前の交差点において街頭キャンペーンを実施しました。

⑫①⑨・⑫②① 世界に一つだけ! オリジナルのカレンダー & 凧作り

『いきいき萩っ子育成事業』として、NPO法人里山文化ネットワークが主催する「カレンダーを作ろう!」と「自分だけの凧を作ろう!」が開催されました。

【カレンダーを作ろう!】

小学生の親子など、5組15人が参加。自分の好きな模様の紙や色ペンのほか、持参した写真やシールなどを使い、家族の記念日などが入ったカレンダーを制作しました。



【自分だけの凧を作ろう!】

小学生の親子など、5組10人が参加。紙すき和紙を使って、昔懐かしい凧作り挑戦!親子で楽しみながら、好きなアニメのキャラクターなどが描かれた凧を制作しました。

心も温まる!イルミネーションの明かり

市内各所の店舗や事業所、個人のお宅で見かける冬のイルミネーション。JR高萩駅前と上君田地区では、年末から年始にかけて冬の風物詩になっているイルミネーションが点灯されました。



【光のページェント in たかはぎ 2021】

JR高萩駅前を鮮やかに彩るイルミネーション。駅前ということもあり、通勤や通学帰りの人々も足を止めて眺めたり、スマホで写真を撮る姿が多く見られました。



【上君田のジャンボクリスマスツリー】

上君田地区にある樹齢100年を超える唐檜とうひの木が、高さ30メートルを超える巨大なクリスマスツリーに変身!山間に突如として現れるツリーは迫力満点です。

⑫②① 茨城アストロプラネッツ小沼選手がドラフト指名



左から大部主任・小沼選手

市と「フレンドリータウン協定」を締結しているBCリーグ茨城アストロプラネッツの投手・小沼健太選手おぬまけんたが、NPB(日本野球機構)ドラフト会議において千葉ロッテマリーンズから指名を受けました。報告のため大部主任を表敬訪問した小沼選手は、今後の活躍を誓いました。

高額医療・高額介護合算療養費の申請について

医療費と介護サービス費の自己負担額がある世帯のうち、1年間（8月から翌年7月末）の自己負担額（食費・居住費・差額ベッド代を除く）の合計額が基準額（下表参照）を超える場合には、その超えた金額が申請により支給されます。※申請手続き期間は2年間です。前年度に申請をされてない人も申請できます。

●基準額（自己負担限度額） ※令和元年8月～令和2年7月分

所得 (基礎控除後の総所得金額など)		70歳未満 の人	所得区分	・70～74歳の人 ・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	

●申請手続きについて (毎年7月31日時点で加入している人)

【国民健康保険、後期高齢者医療制度の加入者】

今回、支給対象となる場合には、右図のとおり申請書を郵送しますので、保険医療課で申請してください。

※対象期間中に他の市町村から転入された人や他の医療保険を離脱して国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入した人などには郵送できない場合がありますので、保険医療課にお問い合わせください。

加入している保険制度	申請書の郵送時期
高萩市国民健康保険	3月上旬頃
後期高齢者医療制度	3月中旬頃

【勤務先の健康保険、共済保険などの加入者】

高齢福祉課で介護保険の「自己負担額証明書」を交付申請し、証明書の発行を受けた後に保険者（勤務先）に申請してください。

■問合せ

国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している人

保険医療課 国保グループ、後期・医療福祉グループ
(本庁舎1階) ☎ 23-2117

勤務先の健康保険・共済保険などに加入している人

高齢福祉課 介護保険グループ
(総合福祉センター内) ☎ 22-0080

物件紹介バンク制度のご案内 あなたの空き家・空き店舗を登録しませんか?

市では、空き物件の有効活用を通して、定住移住の促進や商業振興などによる地域活性化を図るため、「物件紹介バンク」を設置しています。空き物件を「売りたい・貸したい」という所有者のみならず、市内で空き物件を「買いたい・借りたい」という移住検討中や利用希望のみならず、ぜひ物件紹介バンクをご利用ください。

高萩市定住・移住推進ホームページ



物件紹介バンクへの登録と利用の流れ



定住移住マッチング助成金

3月末まで

物件紹介バンクへ空き家を登録する人、物件紹介バンクに掲載している空き家を取得して本市に転入した人は、下記の助成が受けられます。

【所有者または取得者（本市転入者に限る）】

・家財等撤去費用助成…10万円上限

【取得者のみ（本市転入者に限る）】

・仲介手数料助成…5万円上限 ・引越し費用助成…10万円上限

※利用要件があります。詳しくは、地方創生課にお問い合わせください。

■問合せ 地方創生課 ☎23-2127

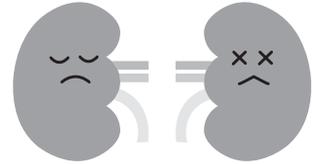


～「すこやか生活」たかぎFMで放送中～
毎月第2・4火曜日の12:00～13:00の間に放送している番組「すこやか生活」で、健康づくりに関する情報をお届けしています。今月は「健康づくりのための運動について」の放送を行います。ぜひお聞かせください！

CKD(慢性腎臓病)の重症化を防ごう！～あなたの“腎臓”は大丈夫？～

■CKD(慢性腎臓病)とは

慢性的に蛋白尿が出るなど、腎臓の働きが徐々に悪くなる病気です。聞きなれない病気ですが、CKDは全国的に患者数が多く、成人の約8人に1人の割合で患者がいると考えられています。CKDの初期は自覚症状がほとんどないため、気付かないうちに病気が進んでいきます。病気が進行して重症化すると、人工透析による治療が必要になります。



腎臓は、一度機能が低下すると元に戻りにくい臓器のため、早期発見と予防が重要です。特に、糖尿病や高血圧などの生活習慣病は腎機能の低下につながります。CKD予防のため、まず生活習慣を改善(肥満予防・減塩・禁煙など)していくことが重要です。

また、生活習慣病を発症している場合は、原因となる病気(高血圧・糖尿病など)に対する治療で腎臓を守りましょう。

【本市の現状】

■人工透析患者の推移



人工透析患者数は、平成17年より年々増加傾向にあります。

資料：身体障害者交付台帳

■糖尿病性腎症の割合

患者1,000人当たり糖尿病性腎症患者数(平成30年度)

疾病名	本市	県	国
糖尿病性腎症	31人	17人	19人

資料：KDB医療費分析

国や県よりも多い!!

糖尿病性腎症が多い傾向にあります。

■腎機能を知ろう!

eGFR…腎臓が血液をろ過してどのくらい尿を作れるかを示した値です。

一般的な血液検査で分かる値で、血清クレアチニン値を基に算出しています。

*あなたの健診結果から、どこにあてはまるかチェックしてみましょう。

eGFR		尿たんぱく正常(-・±)	軽度たんぱく尿(+)	高度たんぱく尿(2+以上)
正常	90以上	正常	軽度	中等度
正常または軽度低下	60～89			
軽度から中等度低下	45～59	高度	高度	高度
中等度から高度低下	30～44			
高度低下	15～29	末期腎不全	末期腎不全	末期腎不全
末期腎不全	15未満			

eGFRの低下または、蛋白尿+以上の場合は必ず医療機関を受診しましょう。

*eGFRが90であれば腎臓は約90%働いており、eGFRが50であれば腎臓は約50%しか働いていないことを示しています。なお、eGFRが30以下になってくると、腎不全になり人工透析が必要になる可能性が高まります。

尿たんぱく+以上、eGFRが60未満のいずれか、または両方が3か月以上続くとCKD(慢性腎臓病)と診断されます。



食生活改善で腎臓への負担を減らすポイント

① 減塩すること

(食塩の取り過ぎに注意!)

② たんぱく質を取り過ぎないこと

(主食・主菜・副菜をバランスよく食べる!)

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
すくすく助産師相談	2月9日(火)	9:15～12:10	妊婦および1歳未満のお子さんと保護者(*予約制)
健康相談	2月12日(金)	8:45～11:00	市内在住の希望者
すくすくサロン	2月16日(火)	10:15～11:45	3か月～1歳未満のお子さんと保護者(*予約制)
赤ちゃん教室	2月18日(木)	10:00～11:30 (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 (精神保健相談員などの相談)	2月19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22日(月)	8:45～11:00	市内在住の希望者(*歯科相談のみ予約制)
すくすくサロン	3月2日(火)	10:15～11:45	3か月～1歳未満のお子さんと保護者(*予約制)
3歳児健診	3月3日(水)	12:30～16:00 (受付12:30～13:30)	平成29年11月・12月生まれのお子さん

*幼児健診については個人通知しますので、日程・会場などをご確認ください。

ハッピースマイル

ピースが上手にできるうちに
なりました♪



さるた あきと
猿田 咲叶くん (H30.12.8生まれ) R2.12

食べるの大好き!
毎日すくすく成長中♪



たなや さくら
棚谷 咲来ちゃん (R1.9.25生まれ) R2.12

お子さんの写真を
大募集!
市役所企画広報課
info@city.takahagi.lg.jp



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

マスク着用、検温、手指消毒をお願いします。

12月の活動

10 クリスマスおたのしみかい

トンネル、わなげ、玉入れ、魚つりなどをして楽しみました。魚つりでは、タコ、イカ、クジラがつれて大喜び。サンタクロースが登場すると、「サンタさんだー!」と歓声があがり、プレゼントもあり楽しい会となりました。



2月の予定

赤ちゃん教室(予約制)

18『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)
・バスタオルなど

小さなお子さん・お父さん・お母さん、みんなで楽しく遊んで情報交換しましょう!いつでも無料ですので、お気軽に遊びに来てください☆
スタッフ一同お待ちしております!



・人数制限を設けています。来場前に電話(☎23-2129)での混雑確認をお勧めします。

・開館時間のご案内(通常9:00~16:00) しばらくの間、15:00までのご利用となります。

【休館日】・2/5(金)~2/7(日)
・2/11(木・祝) ・2/23(火・祝)

【変則日】・2/15(月) 14:00まで開館
・2/18(木) 赤ちゃん教室参加者以外は11:30から開館

はぎハピ
QRコード



※新型コロナウイルスの感染拡大状況により中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。なお、中止となった場合、市ホームページまたは「はぎハピ」ホームページでお知らせします。

児童手当の支払日は 2月10日(水)です。

■問合せ
子育て支援課 子育て支援グループ ☎23-2129

子育てカレンダー

2月

5日(金)	市報2月号発行日 ⊖ 臨時休館
6日(土)	⊖ 臨時休館
7日(日)	⊖ 臨時休館
9日(火)	総 すくすく助産師相談(9:15~12:10)
11日(木・祝)	⊖ 休館日
12日(金)	総 健康相談(8:45~11:00)
15日(月)	⊖ 14:00まで閉館
16日(火)	総 すくすくサロン(10:15~11:45)
18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
20日(土)	図 おりがみ教室(9:30~おりがみキットを配布)
22日(月)	総 健康・歯科相談(8:45~11:00)
23日(火・祝)	⊖ 休館日
27日(土)	図 図書の無料配布(9:30~15:00) 図 おはなし会(11:00~) 図 子ども映画会(14:30~)

3月

2日(火)	総 すくすくサロン(10:15~11:45)
3日(水)	総 3歳児健診(12:30~16:00)
4日(木)	⊖ エプロンシアター(10:30~11:00) 予約制
5日(金)	市報3月号発行日

白抜きは会場

- 総 総合福祉センター 詳しくは7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 図書館 詳しくは11ページ「図書館だより」

子育てインフォメーション



「ハイハイ」の頃の安全対策のポイント

行動範囲が広くなり、ケガが多くなる時期です。子どもの視点で危険がないか点検しましょう。

また、この頃はなんでも口に入れてしまいがちです。誤飲・誤食への対策を徹底しましょう。

予防

- おもちゃの数（飲み込んでいるかも）と破損を定期的に点検。
- クッション・フロアマット・コーナーガードなどで転倒によるケガを防ぐ。
- 暖房器具にはガードをつける。
- 低い目線から危険物が落ちてないか確認。

「ひなまつり」を知ろう

ひな祭りの食べ物

《菱餅》菱餅の3色は桃色が桃の花、白が雪、緑が大地を表しています。

《ひなあられ》四季を表す桃・黄・白・緑の4色があります。四季を通して健康でいられますようにとの願いが込められています。

《ちらし寿司》海老は「長生き」、蓮根は「見通しがきく」、豆は「健康でまめに働ける」など、縁起を担いだ具が使われています。

彩り豊かで目にも楽しい華やかなごちそうが並びます。それぞれが持つお祝いの意味や願いを知れば一層おいしく味わうことができそうですね。

《はまぐりのお吸い物》はまぐりは2枚の貝殻がピッタリ合わさることから、良い結婚相手と巡り合い、仲良く暮らせようよとの願いが込められています。

《白酒》昔は魔除けの力があるといわれた桃花酒でお祝いをしていましたが、現在では白酒が主とされています。

《桃の花》ひな祭りの花といえば桃の花です。桃の花には悪いものを追い払う力があるといわれ、子どもたちが元気に大きくなることを願って飾られます。

冬の湿度管理に気を付けましょう

冬の最適な湿度は40～50%。40%を下回ると、インフルエンザウイルスなどが活性化してしまうため、注意が必要です。暖房をつけている冬場は、あっという間に部屋が乾燥してしまいます。部屋に湿度計を用意し、いつでも確認できるようにしておくことが理想です。



子供が喜ぶ三つ星レシピ!

萩っ子Kitchen

ひき肉茶碗蒸し

材料(直径10cm×深さ4cmの茶碗2個分)

- ◆緑豆春雨(乾燥) 20g
- ◆きくらげ 12g
- ◆卵 3個
- ◆サラダ油 少量
- ◆ごま油 小さじ1
- ◆赤唐辛子 2本
- ◆香菜の葉 少量
- ① 豚ひき肉 50g
- ② しょうが(みじん切り) 5g
- ③ 赤玉ねぎ(みじん切り) 50g
- ④ ヌックマム 小さじ2
- ⑤ グラニュー糖 小さじ1
- ⑥ 黒こしょう 少量

作り方

- ① 緑豆春雨は水に浸してもどし、幅 1cm に切る。きくらげも水でもどし、石づきを取り除いてみじん切りにする。
- ② ボウルに①と②を入れ、混ぜ合わせる。
- ③ 卵を割り、卵黄2個は取りおき、卵黄1個と卵白3個分を②に加えて混ぜる。④を混ぜる。
- ④ 茶わんの内側にサラダ油を塗り、③を半量ずつ流し入れる。蒸気のあがった蒸し器に入れ、弱火で15分蒸す。
- ⑤ ③で取りおいた卵黄2個にごま油を加え混ぜる。
- ⑥ ④に火が通ったら(卵液がふっくらと膨らみ、竹串を刺すと透明な肉汁が出る状態)、取り出して⑤を表面に薄く塗る。蒸し器に戻して約3分蒸し、ふたをはずしてさらに1分蒸す。表面に塗った卵黄が固まってツヤが出てきたらでき上がり。冷めたら赤唐辛子と香菜を飾る。



ベトナム料理研究家 鈴木 珠美さん(高萩大使)レシピ提供

スポーツのお知らせ

●問合せ スポーツ振興課 ☎23-2019



お知らせ

令和3年度 小・中学校体育施設の開放

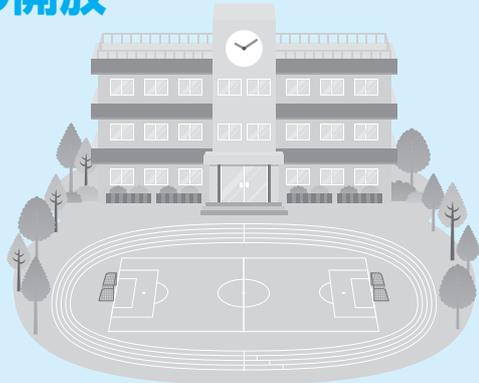
対象団体：市内に在住、在勤または在学する人で組織され、その中に責任者として成人が含まれている10名以上のスポーツ団体。

開放施設：体育館・運動場・武道場（高萩中のみ）

開放期間：5月1日（土）～令和4年4月30日（土）
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：所定の申請書などに必要事項を記入の上、3月1日（月）までの平日（8:30～17:15）にスポーツ振興課（市役所2階）へ提出してください。なお、申請書などはスポーツ振興課窓口または市のホームページからもダウンロードできます。

問 合 せ：スポーツ振興課 ☎23-2019



結果

令和2年度 高萩市ソフトテニス連盟杯大会

期 日：12月6日（日）

会 場：高浜スポーツ広場テニスコート

参加数：47名

結 果：

部門	優勝	準優勝
一般男子の部	さとう たかおか 佐藤・高岡 (Lucky)	むらた こたけ 村田・小竹 (高萩ファイターズ)
シニア男子の部	すなくち むらた 砂口・村田 (高萩クラブ)	おかへ おおとも 岡部・大友 (Free・Lucky)
シニア女子の部	よしだ かとう 吉田・加藤 (高萩レディース・個人会員)	たんば せきくち 丹波・関口 (高萩レディース・高萩クラブ)



たかはぎさくら宇宙公園クロスカントリー開催中止のお知らせ

4月に開催を予定しておりました「たかはぎさくら宇宙公園クロスカントリー」は、開催に向けて協議を重ねてきましたが、新型コロナウイルス感染症が拡大している状況を受け、参加選手および関係者の安全を第一に考えて中止することにいたしました。

大会を楽しみにされていたみなさんには大変申し訳ございませんが、ご理解いただきますようお願いいたします。



防災コーナー



来月11日で東日本大震災から10年を迎えます

地震時のけがの原因は家具などの転倒によるものが多く、室内の散乱は逃げ遅れの原因にもつながります。いつ発生するか分からない地震災害に対する備えを再確認してみたいでしょうか。

備えておきたいポイント

●暖房機器など

周囲に燃えやすいものやスプレー缶、アルコール（特に消毒用）など可燃物を置かないようにしましょう。



●住宅用火災警報器の設置

寝室と階段（階段は2階以上に寝室がある場合）への設置が義務付けられています。

●家具などの再チェック

地震に備えて転倒しやすい家具の固定や家具の配置換えによって安全スペースが確保できないか工夫しましょう。

●消火器や懐中電灯の再点検

もしもの火災や停電に備え、すぐに使える場所に置いておきましょう。懐中電灯などの電池の期限も要チェック!



●感震ブレーカーの設置

東日本大震災後に起きた火災のうち、過半数が「電気関係の火災」でした。停電後、ブレーカーの切り忘れが原因の「通電火災」を防ぐため、地震を検知すると自動的にブレーカーを落として電気を止める感震ブレーカーを設置しましょう。

●備蓄品の賞味期限などをチェック

備蓄用食料を買っておいたものの、そのままにしていますか? 非常用持出品や備蓄品（3日分以上）を家族の人数分そろえることはもちろん、その期限についても確認が必要です。

また、新型コロナウイルス感染対策として従来の備蓄品に加えて、マスクや体温計の準備も忘れずに。



■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	3	4	5	6	7
2月	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
3月	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	

【開館時間】

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

■問合せ

図書館 ☎23-7174

2/20(土) おりがみ教室

(※先着10名まで)

※当面、通常開催ができませんので当日9:30~カウンターにておりがみキットを差し上げます。お家でお楽しみください。

2/27(土) おはなし会 11:00~

(場所/児童室)

絵本	はるがきた
紙芝居	じゅんびはいいかな?ひなまつり
パネルシアター	おおきなだいこん

2/27(土) 子ども映画会 14:30~

(場所/文化会館会議室)

●ミッフィーとおかあさん

~図書の無料配布を行います~

2/27(土)9:30~15:00まで、文化会館ホワイエで行います。

※当日8:30~会場で整理券を配布します。(先着順、何冊でもOK!ただし、雑誌は3冊まで)

新刊案内

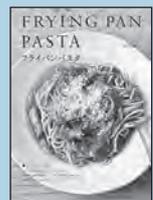
寒さに負けない。



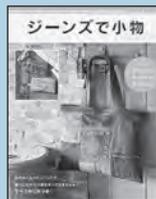
ナッツをうまく食べれば100歳まで長生きできる!
工藤孝文
河出書房新社



耳は不調と美容の救急箱
中本多紀/WAVE出版



フライパンパスタ
若山瞳子
主婦と生活社



ジーンズで小物
フティック社



しゃべらなくても楽しい! シニアの1.2分間 認知症予防体操50
斎藤道雄/黎明書房



図書館HP

※イベントは状況により中止になる場合があります。中止となった場合、図書館ホームページ、市ホームページにてお知らせします。

暮らしの情報



おしらせ
国民年金保険料の納付は口座振替が便利でお得!

保険料をまとめて前払いすると、割引になる前納制度(6か月前納・1年前納・2年前納)があります。前納を希望される場合には、2月末日までに「口座振替納付(変更)申出書」を指定預金口座のある金融機関または市民課に提出していただく必要があります。提出が遅れると口座振替での前納ができなくなる場合がありますので、お早めに手続きをお願いたします。

【手続きに必要なもの】
通帳・口座届出印
▼問合せ
市民課 ☎23-21116
日立年金事務所
☎0294-24-2125

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。今後使用しない車両も登録が残っている間は、軽自動車税がかかります。使用しない場合は廃車の手続きを、譲渡した場合は名義変更の手続きを、車両を転出先の市区町村で継続して使用する場合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が異なります。軽自動車、小型一輪・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左表を確認の上、手続きをしてください。

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、市外の人に譲られた場合は、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。

▼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

＜4月1日から料金改定される使用料・手数料＞

区分	項目	旧料金	新料金	
使用料	市民球場 使用料	8:00~12:00	2,720円	3,800円
		12:00~18:00	4,080円	5,700円
		8:00~18:00	6,800円	9,500円
		時間外(1h)	680円	950円
手数料	督促手数料 (市税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料)	80円	100円	

おしらせ
4月1日から使用料・手数料の料金が一部変わります!
各種行政サービスの市民相互の負担の公平性を確保し、料金算定方法の明確化と透明性を高めるため、市では3年に一度、使用料・手数料の見直しを実施しています。見直しの結果、次の項目について料金改定することになりました。

【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 ☎23-21115

▼問合せ
【市民球場使用料】
スポーツ振興課
☎23-2019
【督促手数料】
税務課 ☎23-21115

おしらせ
物品購入などの入札参加資格申請の追加受付



日立市、日立市企業局、日立・高萩広域下水道組合が発注する物品購入などの入札に参加を希望する業者は、入札参加資格審査申請書を提出してください。
○物品(売買・印刷・賃貸借)
○業務委託
※すでに令和2・3年度の入札参加資格を得ている人は申請する必要はありません。
▼受付日時
3月1日(月)～5日(金)
午前9時30分～11時30分
午後1時30分～4時30分
※2月12日(金)～25日(木)は郵送のみ受付。
▼受付場所
○日立市・日立市企業局
↓日立市契約検査課

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。

ーいばらき シニアカードー
ご提示の方に
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

明秀学園日立高等学校
MEISHU HITACHI
明日へ、世界へ。
可能性を現実にも、
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>

○日立・高萩広域下水道組合
 ↓日立・高萩広域下水道組合
 合総務課(十王町)
 ※詳しくは、日立市のホームページをご覧ください。

▼問合せ

日立市契約検査課・企業局
 総務課
 ☎0294-22-3111
 日立・高萩広域下水道組合
 総務課
 ☎0294-39-5595

市役所以外から

まだ遅くない!
 未内定者の
 就活を集中支援

県では、新型コロナウイルスの影響により、3月卒業予定者の就職内定率が低下している現状を踏まえ、就職未内定者などに対して、新卒採用を継続している企業と面接などが受けられる合同就職面接会を開催します。

▼日時 2月25日(木)
 午後1時30分～3時30分

▼場所

ホテルレイクビュー水戸

▼対象者 3月に卒業予定で就職未内定の大学生、一般求職者(既卒者含む)

▼問合せ 県労働政策課

☎029-3001-3645

おしらせ
 第4回県立IT短大
 オープンキャンパス

県立産業技術短期大学校では、「開かれた短期大学校」としてITのプロフェッショナルを育成しています。学校見学や体験授業を行いますので、ITに興味のある人は、ぜひこの機会にご参加ください。

▼日時 2月27日(土)
 午前9時～午後4時

▼場所

県立産業技術短期大学校

▼対象者 ITに関心をお持ちの高校生および保護者など

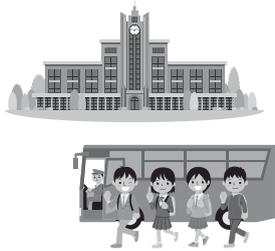
▼申込方法 電話で県立産業技術短期大学校へ問合せ

▼締切

体験授業は2月26日(金)まで

▼申込み・問合せ

県立産業技術短期大学校
 ☎029-2269-5500



もよおし
 県立歴史館
 「鋼と色金―茨城
 の刀剣と刀装―」

近世以前の茨城では、各地で刀工や金工師が鋳(つち)や

鑿(たがね)を振るい、あまたの刀剣とその外装たる刀装・刀装具が生み出されました。今回の展示では、当地に産した刀剣類の優品を中心に、郷土の刀剣文化を物語る史資料を展示します。千変万化の鋼と多種多様な色金が織りなす美の世界をご堪能ください。

▼日時 2月20日(土)～4月11日(日)
 午前9時30分～午後5時
 (入館は午後4時30分まで)
 【休館日】月曜日
 ※祝日の場合はその翌日

▼料金

一般610円(490円)
 大学生320円(240円)
 満70歳以上300円(240円)
 高校生以下は無料

※()内は20名以上の団体料金
 ※3月4日(木)は、満70歳以上の人は入館無料

▼問合せ 県立歴史館
 ☎029-2225-4425



「たかはぎ飲食店応援リピートクーポン券」
 の利用期限延長について

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、県から「外出自粛」「営業時間短縮」の要請を受けたことから、未使用クーポン券の利用期限を延長します。

◆クーポン利用期限
 2月28日(日)まで

■問合せ 観光商工課 ☎23-7316



冬の省エネルギー



関東電気保安協会 <https://www.kdh.or.jp/>

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3年度 一般入試

第2期入試日 2月13日(土)
 出願期間 2月1日(月)～12日(金)
 第3期入試日 3月26日(金)
 出願期間 3月15日(月)～25日(木)



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



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
リハビリテーション部
作業療法士
おおもり たつや
大森 達也

『コロナ禍の運動について』

「新型コロナウイルス」のニュースが報道されて1年以上経過した今でも、連日のように感染者の増加が続いています。

感染拡大を防止するため、マスクの着用や手洗い、3密の回避、不要不急の外出自粛などが求められており、これらを順守している人は多いと思います。

そのため、長引く自粛生活の中で旅行や趣味などが行えず、外出する機会が減った方もいるとの報道を耳にしますが、運動や外出などの頻度が減ると体力や筋力などが徐々に衰

えることで歩行・バランス能力が低下し転倒へとつながり、手術や入院により日常生活に支障をきたす可能性が高くなります。

このような中、ウォーキングは健康維持やストレス軽減に効果があるため注目を集めていますが、毎日できるばかりではないと思います。毎日のウォーキングが難しい場合には、買い物に行く際に車を駐車場の遠い場所に停めて店舗まで歩くなど工夫をしてみてください。

また、自宅でできる運動や体操はテレビ番組やインターネットでも紹介されているので、ぜひ調べて実践してみてください。

ウォーキングや体操は、無理のない範囲で休憩を取り、ケガをしない工夫を行いながら継続することが最も重要です。



はしもと かおり
橋本 佳織

地域おこし協力隊の 高萩生活



雪がキラキラと舞う『はぎビレッジ』は、湖面の星くずビーチの縁も凍り、とてもはかなげな冬の景色になりました。

協力隊としての活動も3年目を迎え、この間、こやま湖とその周辺の自然を生かして高萩の魅力を発信しながら、「リラックスして自然の中で



楽しく過ごす時間の素晴らしさと、時には厳しさに気付くことのできる場所にしたい」という思いで日々活動してきました。普段は、はぎビレッジでカーンやヨガのインストラクターのほか、施設管理やワークショップ対応などを行っていますが、空いた時間は興味のある星や鳥などについて専門の方に話を伺い、自然に対する知識を深めながら、こやま湖を通して高萩の魅力を最大限に伝えられるよう奮闘中です。

また、ふらっと訪れてのんびり過ごしていただけるよう、この春に向けた新たな準備も進めていますので、みなさんぜひ遊びに来てください!

■問合せ 地方創生課 ☎23-2127

たかはぎの 企業の魅力を 紹介します!

このコーナーでは、市内の企業の魅力を、市民のみなさんや地元就職を考えている人に向けて紹介していきます。



『世界に信頼される品質を築こう!』

事業内容

昭和23年に中村自動車工業株式会社深川工場として、東京都江東区で自動車部品などの製造を開始。昭和27年に分離独立を経て株式会社中村自工深川製作所となり、昭和48年に松久保工業団地で操業を開始しました。主力製品であるユニバーサルジョイントや大型熱交換器(ラジエター)は、主に製鉄所や鉄道車両、船舶などで使用されています。また、東京スカイツリー最頂部に地震や強風による揺れを抑えるため設置された制振装置にも、ユニバーサルジョイントが使用されています。同社の技術と製品は、異業種のものづくりほか、日々の生活に欠かせない公共交通などの安全を支えるために世界中で活躍しています。

今後の展開

全社員が『ナジコ品質方針』を共有し、徹底した品質管理と環境にやさしいものづくりを維持しながら、これからも歩み続けます。



株式会社 中村自工深川製作所

代表者：代表取締役 中村 弘樹
住所：高萩市赤浜412
TEL：0293-23-3411
<http://www.najico-f.jp/>

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26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22日(月)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25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 稔さん ☎23-0141
矢代 博一さん ☎22-4365

家庭児童相談(予約制)

日時: 2月9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16日(火) 午前10時~正午、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) 2月18日(木) 午後1時~3時
法律相談(弁護士) 2月25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

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>

- 県北教育友の会高萩地区 20,803円
- 高萩健志会 50,000円
- 増田立輝・悠利兄弟 50,000円
- 匿名1名 48,873円

<物品預託>

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

トイレの汲み取りの休み

2月 7日(日)、11日(木・祝)、14日(日)、21日(日)、23日(火・祝)、28日(日)

3月 6日(土)、7日(日)、14日(日)、20日(土・祝)、21日(日)、27日(土)、28日(日)

●問合せ 花貴クリーンセンター ☎22-4318

日曜救急医療当番医です (一次救急医療機関名)

【時間】午前9時~午後4時

2月

日	病院・医院名(所在地)	電話
7日	おしま内科・消化器内科クリニック(東本町)	(44)6300
14日	高萩それいゆ病院(上手綱)	(24)0770
21日	やすらぎの丘温泉病院(下手綱)	(24)1212
28日	滝川医院(春日町)	(23)3100

3月

日	病院・医院名(所在地)	電話
7日	松岡クリニック(下手綱)	(22)1000
14日	たばたクリニック(高戸)	(20)5511
21日	樋渡医院(大和町)	(23)2928
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)
- 急な病気で心配なとき

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、☎03-6667-3377
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、☎03-6667-3377

人口と世帯

令和3年1月1日現在(前月対比)

人口 27,337人(-59人)
男 13,571人(-33人)
女 13,766人(-26人)

12月 出生数 12人(-3)
死亡数 35人(±0)
転入 39人(-10)
転出 75人(+24)

世帯 11,651世帯(-7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。



守ろうよ車のマナー 心のモラル

高萩市内の交通事故概況 (R3.1.17現在(前年比))
人身事故発生件数 3件(+1)
死者数 0人(±0)
負傷者数 3人(±0)

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・ペットボトル用ネットの配布

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
- ◆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)

市報掲載の催し・事業などは、**新型コロナウイルスの感染拡大状況により、中止・変更になる場合があります。**最新の情報については、市ホームページをご覧ください。



萩っ子の夢

東幼稚園
年長組



すずき ひめ
鈴木 結愛

お花屋さんになりたい

さとう ぞら
佐藤 大空

トラックの運転手になりたい

くにい かいど
國井 開斗

パン屋さんになりたい

しが のほな
志賀 暖花

ダンスの先生になりたい

すずき おうか
鈴木 桜叶

アイドルになりたい

まつき れんと
松木 蓮斗

車の運転手になりたい

さいとう さる
斉藤 咲智

ピアノの先生になりたい

みき しょう
三木 将生

サッカー選手になりたい

むらやま はるさ
村山 春輝

ラグビー選手になりたい

マイナンバーカードで マイナポイント

2021年
3月31日まで



上限 **5,000** 円分
もらえる!

マイナンバーカードの
申請はお早めに!*

手順はカンタン
3STEP

1 取得
マイナンバーカードを
取得

2 予約
マイナポイントを
予約

3 申込
マイナポイントを申込
(キャッシュレス決済サービスの選択)
チャージor買い物

※2020年9月1日～2021年3月31日までの
チャージor買い物対象!
※チャージorお買い物時にマイナンバー
カードは必要ありません。



※スマートフォン等による申請が可能です。マイナンバーカードの受取に際しては、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、お住まいの地方公共団体が発信する情報に十分ご留意の上、混雑を避けた上でご利用いただきますようお願いいたします。

市報たかはぎ・市ホームページに有料広告を掲載しませんか



市報たかはぎ



市ホームページ

広告例

- 企業などの宣伝広告または求人広告
- 臨時的なアルバイト募集
- イベント告知 など



料金

市ホームページをご覧いただくか、
下記までお問い合わせください。
<https://www.city.takahagi.ibaraki.jp>

問合せ

企画広報課 広報グループ
☎ 23-2118

