



# お知らせ版

No.371

2018(平成30年)

4/10

発行/常陸大宮市  
編集/秘書広聴課  
☎0295-52-1111

〒319-2292 常陸大宮市中富町3135-6  
ホームページ <http://www.city.hitachiomiya.lg.jp/>  
メールアドレス [hishokou@city.hitachiomiya.lg.jp](mailto:hishokou@city.hitachiomiya.lg.jp)

## お知らせ

- P2 ○茨城県おかえりマークの利用について
- P2 ○介護保険の受領委任払いについて
- P2 ○常陸大宮市議会議員一般選挙について
- P2 ○新婚家庭家賃助成について
- P3 ○児童扶養手当・特別児童扶養手当額の変更について
- P3 ○就学援助制度について
- P4 ○定住促進のための住宅取得奨励金について
- P5 ○市産農畜産物放射性物質測定結果について
- P5 ○平成30年産後ケアについて
- P6 ○おたふくかぜワクチン予防接種の一部公費助成について
- P6 ○産婦健康診査の助成内容が変わります
- P6 ○平成30年度高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種の一部助成について
- P7 ○平成30年度 腹部超音波検診のお知らせ
- P7-9 ○(大宮・山方・美和・緒川地域の皆さんへ)5月住民健診のお知らせ
- P9 ○平成30年度環境関係補助制度について
- P10 ○区・班にご加入ください
- P11 ○茨城県最低賃金は「時給796円」です
- P19 ○図書情報館からのお知らせ
- P24 ○けんこうカレンダー【5月】
- P24 ○休日・祝日の当番医(4/15~5/4)

## 募 集

- P11 ○「野草を味わう会」参加者募集
- P11 ○平成30年度常陸大宮市農業入門講座受講生募集
- P11 ○人工肛門・人工膀胱保有者のためのオストミー講習会について
- P12 ○常陸大宮市の隠れた大地の魅力発見(第1回)
- P12 ○合気道 レディース&シニア一日体験参加者募集
- P12 ○第27回市民ゴルフ大会
- P13 ○短期講座・山方カルチャープラザ受講生募集
- P14 ○マタニティフィットネス参加者募集
- P15 ○ロゼホール移動公演「松竹大歌舞伎」鑑賞バスツアー参加者募集
- P15 ○市文化センターグランドピアノ一般開放
- P16-17 ○【ひたまる25】春のスポーツ教室ガイド
- P18 ○NPO法人県北支部 グラウンドゴルフ交流会

## イベント

- P18 ○市内のイベント情報【4・5月】
- P20-21 ○2018 平成30年度常陸大宮市文化センター 催し物のご案内

## 相 談

- P22 ○市社会福祉協議会平成30年度常陸大宮市心配ごと相談所開設年間予定表
- P23 ○各種無料相談【5月】

## 市の主な施設

常陸大宮市役所(本庁)	52-1111
山方支所	57-2121
美和支所	58-2111
緒川支所	56-2111
御前山支所	55-2111
総合保健福祉センター(かがやき)	54-7121
水道課	52-0427
水道お客さまセンター	52-0427
下水道課	53-7250
教育委員会生涯学習課山方分室	57-2903
教育委員会生涯学習課美和分室	58-2142
教育委員会生涯学習課緒川分室	56-5111
教育委員会生涯学習課御前山分室	55-2116
教育支援センター(あゆみの広場)	54-2026
消防本部・東消防署	54-0119
西消防署	56-2119
大宮公民館	52-0673
山方公民館	57-2903
御前山市民センター	55-2116
文化センター・ロゼホール	53-7200
図書情報館	53-7300
緒川総合センター	56-5111
おおみやコミュニティセンター	53-5885
山方農林漁家高齢者センター	57-3963
美和工芸ふれあいセンター	58-2142
御前山保健福祉センター	55-2111
西部総合公園体育館	52-5223
歴史民俗資料館大宮館	52-1450
歴史民俗資料館山方館	57-2616
文書館	52-0571
おおみや広域聖苑	54-0202

## 5月の休日窓口開設日

5月27日(日) 9:00~17:00

※市民課窓口のみの開設(昼休みを除く)

## いきいき茨城ゆめ国体2019



本市は

『なぎなた競技』開催

## お知らせ

### 茨城県おかえりマークの利用について

認知症の症状には、記憶障害や見当識障害があります。それらの症状によって、外出先から自宅に帰れなくなってしまうたり、警察などに保護されたりすることがあるかもしれません。そういった場合に備えて、おかえりマークを靴や杖、衣服など身の回りの物につけておくと、警察などからの照会に対し、迅速にご家族へ連絡することができます(事前の登録が必要になります。登録した情報は、ご本人と申請者の同意を得て、茨城県警察へ提供します)

#### ○利用対象となる方

認知症等により徘徊行動が見られる方、または徘徊のおそれのある方

#### ○配付するもの

登録番号の入った2種類(防水反射素材10枚、アイロンシール10枚)のおかえりマーク

#### ○費用 無料

#### ○登録いただく内容

住所、氏名、性別、生年月日、電話番号、緊急連絡先(2名分)など

**問** 本庁 長寿福祉課高齢者支援G ☎52-1111 内線172

### 介護保険の受領委任払いについて

介護保険における居宅介護福祉用具購入費と居宅介護住宅改修費について、平成30年4月より受領委任払いによる保険給付を支給できるようになりました。なお、これまでどおりの償還払いによる支給も引き続き利用することができます。

受領委任払いによる保険給付の申請方法については、下記までお問い合わせください。

※償還払いとは、利用者がいったん費用の全額を事業者支払い、その後市に申請して費用の9割または8割の支給を受けること。

※受領委任払いとは、利用者が費用の1割または2割を支払い、その後利用者の委任に基づき、市から事業者に対して直接残りの9割または8割を支給すること。

**問** 本庁 長寿福祉課介護保険G ☎52-1111 内線172

### 常陸大宮市議会議員一般選挙について

平成30年8月5日の任期満了に伴う、常陸大宮市議会議員一般選挙の日程を決定しました。

○告示日 7月22日(日)

○投票日 7月29日(日)

○選挙すべき人数 18人

※立候補予定者等への説明会などの日程は、今後発行される「広報常陸大宮お知らせ版」等でお知らせします。

**問** 常陸大宮市選挙管理委員会(本庁 総務課内)

☎52-1111 内線318 319 320

### 新婚家庭家賃助成金について

市では、少子化・人口減少対策として若年層の定住を促進するため、市内の民間賃貸住宅に入居する新婚家庭を対象に、予算の範囲内で家賃の一部を助成金として交付します。

#### ○対象者(すべての要件を満たす方)

①家賃助成金の交付申請をする日より前3年以内に婚姻届を提出している方

※新郎新婦のいずれか一方または双方が、再婚であっても要件を満たす場合は、対象になります。

②平成25年4月1日以降、新たに市内の民間賃貸住宅の賃貸借契約を締結し、現に居住しかつ住民登録をしている方

※市営住宅等の公的賃貸住宅、社宅、官舎、寮等の給与住宅、夫婦いずれかの親が所有する住宅及び賃貸住宅は対象になりません。

③夫婦いずれも申請時に40歳未満の方

④申請者及び同居者全員の前年の合計年間総収入金額が700万円以下、または総所得金額が510万円以下の方

⑤家賃が月額5万円以上の方

※共益費、管理費及び駐車場代等を除く

⑥他の公的制度(生活保護等)から家賃補助を受けていない方

⑦申請者及び同居者全員が市税等を滞納していない方

⑧家賃を滞納していない方

⑨この制度に基づく助成を受けたことがない方

○助成金額 月額1万円(上限12万円)を年1回交付します。

※家賃から住宅手当を控除した実質家賃負担額が1万円未満の場合はその金額

○助成期間 申請のあった翌月から最長36か月

#### ○申請書類

①家賃助成金交付申請書

②住民票(世帯全員の記載のあるもの)

③戸籍謄本

④申請者及び同居者全員の市税等の滞納がない事を証する書類

⑤申請者及び同居者全員の課税証明書または非課税証明書

⑥民間賃貸住宅の賃貸借契約書の写し

⑦住宅手当支給証明書

⑧その他市長が必要と認める書類

※交付申請書は本庁2階都市計画課にあります。

○受付期限 平成31年2月28日

※土・日曜日、祝日は除く

**問** 本庁 都市計画課住宅・営繕G

☎52-1111 内線253 FAX 53-5415

## 児童扶養手当・特別児童扶養手当額の変更について

児童扶養手当・特別児童扶養手当については、毎年度額の改定が行われ、平成30年度の額は下記のとおりになります。

※物価変動率(+0.5%)に基づき、0.5%の引き上げとなります。

手当の名称	平成29年度(月額)	平成30年度(月額) 【 】内は前年度比
児童扶養手当	<本体額> 全部支給 42,290円 一部支給 9,980円～42,280円	42,500円【+210円】 10,030円～42,490円 【+50円～+210円】
	<第2子加算額> 全部支給 9,990円 一部支給 5,000円～9,980円	10,040円【+50円】 5,020円～10,030円 【+20円～+50円】
	<第3子以降加算額> 全部支給 5,990円 一部支給 3,000円～5,980円	6,020円【+30円】 3,010円～6,010円 【+10円～+30円】
特別児童扶養手当	1級 51,450円	1級 51,700円 【+250円】
	2級 34,270円	2級 34,430円 【+160円】

問 本庁 こども課こどもG ☎52-1111 内線137

## 就学援助制度について

### 【就学援助費】

経済的理由により、就学が困難な児童または生徒の保護者に対し、市がその必要な費用を援助します。

- 該当する方  
市内の小学校または中学校に在籍している児童生徒の保護者で、生活保護法による保護を受けている方またはそれに準ずる程度に困窮していると教育委員会が認めた方  
※ひとり親世帯への支援制度ではありません。
- 援助する項目  
学用品費、通学用品費、校外活動費、修学旅行費、学校給食費、医療費、PTA会費、児童生徒会費、クラブ活動費等  
※限度額があります
- 申請方法  
お子さんの在籍先学校へ相談のうえ、学校長へ申請してください。

### 【特別支援教育就学奨励費】

特別支援学級等に在籍する児童または生徒の保護者の経済的負担を軽減するため、その負担能力の程度に応じて、市がその必要な費用の一部を援助します。

- 該当する方  
市内の小学校または中学校の特別支援学級等に在籍している児童生徒の保護者。ただし、就学援助費を申請する方は該当しません。  
※所得要件があります。
- 援助する項目  
学用品費、校外活動費、修学旅行費、学校給食費等  
※限度額があります。なお、学用品費については、領収書(コピー可)が必要となりますので保管しておいてください。
- 申請方法  
お子さんの在籍先学校へ相談のうえ、学校長へ申請してください。

問 教委 学校教育課学校教育G ☎52-1111 内線338

## 定住促進のための住宅取得奨励金について

本市では、子育て世帯等の定住を促進することで、人口減少に歯止めをかけるとともに、活力あるまちづくりを推進するため、市内に住宅を取得する子育て世帯等に、住宅取得費として奨励金を交付しています。

### ○住宅の種別ごとの奨励金の額

- (1)新築住宅 50万円・・・自己の居住用に新たに建設し、まだ人の居住の用に供したことがない住宅
- (2)建売住宅 50万円・・・販売を目的として建設され、まだ人の居住の用に供したことがない住宅
- (3)中古住宅 25万円・・・人の居住の用に供されたことのある住宅

### ○対象者 住宅の所有権を取得した方で、所有権が共有名義の場合は、その持ち分が2分の1以上所有する方とし、次の(1)～(5)の要件を満たす方

- (1)住宅の所有権の保存または移転の登記が完了した日現在で、次のいずれかに該当する世帯であること
  - ①当該世帯に中学生以下の者がいること
  - ②新婚世帯(登記完了日前5年以内に婚姻し、夫婦いずれも45歳以下)であること
- (2)奨励金の交付申請者は、取得した住宅の所有者であること
- (3)本人及び同一世帯に属する者に市区町村税等の滞納がないこと
- (4)所有者等が登記完了日以後3か月以内に当該住宅の所在地に住民登録をしていること
- (5)本人及び同一世帯に属する者が、この奨励金の交付を受けた者または当該交付を受けた者の世帯に属していた者でないこと

### ○対象住宅(市内に定住を目的として取得した住宅)

- (1)専用住宅(専ら人の居住の用に供する住宅)または居住の用に供する部分(居室、台所、便所、浴室)の延床面積が総延床面積の2分の1以上ある併用住宅
- (2)平成30年1月1日から平成30年12月31日までの間に、住宅の所有権の保存または移転の登記が完了した住宅

※次のいずれかに当てはまる場合は、対象住宅になりません。

- ・別荘等の一時的に使用するもの
- ・賃貸、販売等の営利を目的としたもの
- ・既存住宅の増築、贈与または相続により所有権を取得したもの
- ・現に居住し、かつ所有する住宅を取り壊して、新たに建設したもの
- ・現に居住し、かつ所有する住宅(市内に所在するものに限る)から転居し、新たに所有権を取得したもの

### ○申請方法 住宅取得奨励金交付申請書に必要事項を記入のうえ、次の書類を添えて申請してください。申請書等は、本庁2階都市計画課にあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。

#### (1)申請書に添付する書類

- ①当該住宅に居住する世帯全員の記載のある住民票の写し
- ②戸籍謄本(婚姻年月日が確認できるもの)※新婚世帯に限る
- ③対象住宅に係る建物登記簿の全部事項証明書
- ④併用住宅の場合は、居住の用に供する部分の延床面積等が確認できる書類
- ⑤対象住宅の工事請負契約書または売買契約書の写し
- ⑥市税等納付状況確認同意書または市区町村が発行する世帯全員の滞納がないことを証明する書類
- ⑦共有名義同意書 ※対象住宅が共有名義の場合に限る。
- ⑧その他市長が必要と認める書類

#### (2)申請書の提出期間・・・所有権の保存または移転の登記が完了した日の属する年度末まで

登記が完了した日	申請書の提出期間
平成30年1月1日～平成30年12月31日	平成30年4月1日～平成31年3月31日

申請・問 **本庁** 都市計画課住宅・営繕G ☎52-1111 内線255(土・日曜日・祝日は除く)

## 市産農畜産物放射性物質測定結果について

市内で生産または採取された農畜産物などを対象に実施した、放射性物質の測定結果をお知らせします。

### 【検査条件】

使用機器：日立アロカメディカル株式会社製 CAN-OSP-NAI（簡易検査機器）

ATOMTEX社製 AT1320（簡易検査機器）

検査法：NaI(Tl)シンチレーションスペクトロメータ

計測時間：30分 検査期間 2/1～2/28

検体名	採取場所	検出値(Bq/kg)		基準値
		セシウム134	セシウム137	
ふきのとう	小舟	検出せず	検出せず	セシウム134,137 100Bq/kg
タラの芽	小田野	検出せず	検出せず	
鶏卵	大岩	検出せず	検出せず	
イノシシ肉	東野	検出せず	検出せず	セシウム134,137 50Bq/kg
まいたけ ほだ木	野口、若林	検出せず	検出せず	

※「検出せず」とは放射性セシウムが存在しないか、検出限界値未満のことです。本検査は簡易検査であり、安全を保証するものではありません。

○放射性物質検査日 ※土・日曜日、祝祭日及び12/29～1/3は除く

【本庁 農林振興課】大宮地域・山方地域：月～金曜日

【緒川支所】美和地域：月曜日 緒川地域：火曜日 御前山地域：水曜日

○放射性物質検査申込方法

検査を希望する方は、お住まいの地域の検査日の前日(月曜日に検査を希望する方は前週の金曜日)までに電話でお申し込みください。

・受付時間 8:30～17:00 ※土・日曜日、祝日は除く。

・申し込みは先着順(1日8件)に受け付けます。

・申し込みは1世帯1検体とし、その検査が終了するまで次の検査の申し込みはできません。

○検体の提出、返却

・検査日の当日8:30～9:00までに検体を申込窓口まで提出してください。なお、提出する際に、検査申込書に記入願います。

・検体は土などを水で洗い落とし、できるだけ細かくして、未使用のビニール袋等に入れてください。検査に必要な量は1kg(液体や粉状のものは1リットル以上)です。

・検査終了後、検査結果報告書と一緒に検体を返却しますので、再度、16:00～17:00までに窓口にお越しください。

**問 本庁 農林振興課農業畜産G ☎52-1111 内線208 緒支 総合窓口・地域振興G ☎56-2111**

## 平成30年度産後ケアについて

平成30年度から出産後、『自宅に帰っても手伝ってくれる人がいなくて不安』『赤ちゃんのお世話の仕方がわからない』『授乳がうまくいかない』『お産と育児の疲れから体調がよくない』など、育児等の支援が必要な方を対象にサポートする事業を開始しました。日帰り型や宿泊型サービスの利用があります。

○利用できる方 市内に住所のある出産後4か月未満で心身の不調や育児不安などがあるお母さんと赤ちゃん

※医療行為が必要な場合は利用できません。

○内 容

・お母さんのケア：健康管理や乳房のケアなど

・赤ちゃんのケア：発育や発達のチェック、体重や排便のチェックなど

・育児の指導、相談：授乳や沐浴方法、育児相談など

○協力医療機関

山縣産婦人科・ひたちなか母と子の病院・はやかわクリニック・加瀬病院・日製ひたちなか総合病院(産婦人科)

○負担金額

利用料金の一部を負担していただきます。

【日帰り型】 1日 2,400円から4,000円

【宿泊型】 1泊2日 5,200円から11,000円

※利用は最大5日間までとなり、施設によって金額が変わります。

○利用方法

事前に印鑑を持参のうえ、下記窓口で申請し、決定通知書を持参のうえ、協力医療機関で利用することができます。

**申込・問 かがやき 健康推進課母子保健G ☎54-7121**

**山支 総合窓口・地域振興G ☎57-2121**

**美支 総合窓口・地域振興G ☎58-2111**

**緒支 総合窓口・地域振興G ☎56-2111**

**御支 総合窓口・地域振興G ☎55-2111**

## おたふくかぜワクチン予防接種の一部公費助成について

- 対象者  
市内に住所を有する方で、1歳以上5歳未満の方で、1回目のおたふくかぜワクチンを接種する方(すでに接種した方及び罹患した方は対象となりません)。
  - 公費助成額 3,000円  
※生活保護世帯に属する方は、全額助成になります。「生活保護受給証」を持参のうえ、下記の窓口にて事前に「個人負担免除券」の申請をし、交付を受けてください。
  - 助成回数 1回
  - 接種方法  
下記の窓口事前に親子(母子)健康手帳を持参し、「おたふくかぜワクチン予防接種予診票兼受診券」の交付を受け、医療機関で予防接種を受けてください。
  - 医療機関  
指定医療機関(予診票交付時に配布する「協力医療機関一覧」をご覧ください)
- 申込・問** かがやき 健康推進課母子保健G ☎54-7121
- 山支** 総合窓口・地域振興G ☎57-2121
- 美支** 総合窓口・地域振興G ☎58-2111
- 緒支** 総合窓口・地域振興G ☎56-2111
- 御支** 総合窓口・地域振興G ☎55-2111

## 産婦健康診査の助成内容が変わります

- 市では、平成29年度から産婦健康診査費用の助成を行なっていますが、平成30年度から助成回数を1回から2回に増やし産婦の皆さんの心と体をよりサポートできるよう、産婦健康診査受診内容を変更しました。
  - 対象 平成30年4月1日以降に出産した方
  - 助成回数 2回(産後2週間頃、産後1か月頃)  
※1回あたり5,000円助成(上限を超えた場合は、自己負担となります)
  - 交付方法  
すでに妊娠届をされた方には、3月末までに個人通知をします。転入された方等で、お手元に届かない方はご連絡ください。これから妊娠届をされる方は、親子(母子)健康手帳と一緒に、窓口にて交付します。  
※平成30年3月31日までに産された方は、『旧産婦健康診査受診票(産後1か月)』の使用となります。お間違えのないようご注意ください。  
※ご不明な点は、下記までご連絡ください。
- 申込・問** かがやき 健康推進課母子保健G ☎54-7121

## 平成30年度高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種の一部助成について

- 接種期間(助成期間) 平成31年3月31日まで
  - 対象者 市内に住所を有する方で、今までに高齢者肺炎球菌ワクチン(23価肺炎球菌荚膜ポリサッカライドワクチン)を受けたことがない方で下記に該当する方
  - 【定期接種】  
65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳(平成30年度内に到達する年齢)の方  
→4月末に個人宛に「高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種予診票兼受診券」を郵送
  - 【任意接種】 66歳以上の定期接種対象年齢以外の方  
→下記窓口にて申請のうえ「高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種予診票兼受診券」の交付を受けてください。
  - ※60歳以上65歳未満で身体障害者手帳1・2級及び内部障害の3級を有する方は定期接種または任意接種の該当になります。身体障害者手帳を下記窓口にて持参のうえ、「高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種予診票兼受診券」の申請をし、交付を受けてください。
  - 公費助成額 4,000円  
※生活保護世帯に属する方は、全額助成になります。「生活保護受給証」を持参のうえ、下記の窓口にて事前に「個人負担免除券」の申請をし、交付を受けてください。
  - 接種方法 事前に郵送または窓口で交付した「高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種について」を確認のうえ、「高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種予診票兼受診券」「高齢者肺炎球菌予防接種済証」を持参し医療機関で予防接種を受けてください。
  - 医療機関 指定医療機関(予診票交付時に配付する「協力医療機関一覧」をご覧ください)
  - その他 転入した方等で接種を希望する方は下記まで問い合わせください。
- 申込・問** かがやき 健康推進課母子保健G ☎54-7121
- 山支** 総合窓口・地域振興G ☎57-2121      **美支** 総合窓口・地域振興G ☎58-2111
- 緒支** 総合窓口・地域振興G ☎56-2111      **御支** 総合窓口・地域振興G ☎55-2111

## 平成30年度 腹部超音波検診のお知らせ

### 《平成30年度の変更点》

①申込期間内に電話申込みが必要です ②住民健診追加健診では腹部超音波検診は実施しません

平成30年度腹部超音波検診は4月14日～2月5日の期間で実施する予定です(詳しくは、「平成30年度各種健(検)診について」をご覧ください)。

○6月腹部超音波検診日程

検診日	場 所	申込期間	申込先
6月18日(月)	御前山保健福祉センター	5月14日(月) ～5月18日(金)	御前山支所
6月20日(水)			☎55-2111(代)
6月21日(木)			平日8:30～17:15

○検診当日の受付時間 7:00～10:30 ※詳しくはお申し込みの際にご確認ください。

○対象年齢 40歳以上 ※年齢については、平成31年3月31日までに達する年齢です。

○個人負担金 1,000円

○検診当日持参するもの

バスタオル、個人負担金、総合検診票(申し込みされた方に送付します)

○その他

- ・予約のない方の受診はできません。必ず事前に電話で申し込みください。
- ・各日受診可能人数に達した場合は、申込み期間内でも申し込みを終了します。また、申し込みの人数が予定人数に達しない場合、受付時間や予約日の変更をお願いする場合があります。あらかじめご了承ください。
- ・申し込み後の検診日程の変更・キャンセルは、必ずご連絡ください。
- ・平成30年度から住民健診追加健診で腹部超音波は実施しませんのでご注意ください。

## 5月 住民健診のお知らせ

＜大宮・山方・美和・緒川地域の皆さんへ＞

### ◎受付票等の配付について

次の①から③に該当する方には、各地区健康づくり推進員をとおして住民健診受付票を配付します。

①平成29年度に住民健診を受診された方

②40歳から74歳で、平成30年4月1日から継続して国民健康保険に加入している方

③平成30年度内に40歳になる方

※受付票が届かない方で受診を希望する方は、下記まで申し込みください。

※健診の日程は、健康カレンダー、「平成30年度各種健(検)診について」にも掲載しています。

日程は順次お知らせ版に掲載していきます。不明な点は問い合わせください。

### ◎受診方法について

#### 39歳以下の方

昨年度、生活習慣病予防健診を受診された方には、「住民健診受付票」を配付します。昨年度受診していない方でも受診できますので、事前に申し込みください。

#### 40歳以上で肺がん・胃がん・大腸がん・前立腺がんを受診希望する方

がん検診は国民健康保険加入以外の方も受診できます。昨年度に受診していない方で受診を希望する方は、事前に申し込みください。

#### 40歳から74歳で国民健康保険に加入している方

対象の方には、「特定健診受診券(みどり色)」「住民健診受付票」を配布します。受診の際に「健康保険証」と一緒に持参ください。

#### 40歳から74歳で国民健康保険以外の医療保険に加入している方

市で実施する集団健診(特定健診)の受診を希望する方は、加入している医療保険者に受診方法を確認のうえ、下記の日程で受診してください。

受診の際に「特定健診受診券」と「健康保険証」を持参ください。

(特定健診受診券・健康保険証がない場合は、集団健診(特定健診)は受診できません)

#### 75歳以上または後期高齢者医療保険に加入している方

昨年度、高齢者健診を受診された方には「高齢者健診受診券」を配付します。

受診の際に「高齢者健診受診券」「後期高齢者医療被保険者証」を持参ください。

なお、治療中の方は医療機関での治療を優先させてください。

**<大宮地域>** ※5月12日から5月21日の日程です。5月22以降のお知らせは次号に掲載します。  
 ○健診項目 特定健診、生活習慣病予防健診、高齢者健診、結核・肺がん検診、喀痰検査  
 胃がん検診(胃部X線)、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診

月 日	受付時間	対 象 区		場 所
5月12日(土)	7:00～ 7:30	7区(北町)		総合保健福祉センター (かがやき)
	7:30～ 8:30	11区(野中町)	1～10班	
	8:30～ 9:30		11～17班、班未加入	
	9:30～10:30	10区(姥賀町・高渡町)		
	10:30～10:45	上記地区以外の方		
5月13日(日)	9:20～10:15	塩田(北塩子)		緒川保健センター
	10:15～10:40	塩田(西塩子)、大宮照田		
5月14日(月)	7:00～ 8:00	6区(下町)		総合保健福祉センター (かがやき)
	8:00～ 8:45	2区(南町)	8～14班、班未加入	
	8:45～ 9:15		1～7班	
	9:15～10:00	1区(栄町)	7班、8班、10～12班、 班未加入	
	10:00～10:45		1～6班	
	10:45～11:00	上記地区以外の方		
5月21日(月)	7:00～ 7:45	12区 (田子内町)	12～22班、班未加入	総合保健福祉センター (かがやき)
	7:45～ 8:15		1～3班	
	8:15～ 9:00		4～11班	
	9:00～ 9:45	3区(中富町)	8～16班、班未加入	
	9:45～10:30		1～7班	
	10:30～10:45	上記地区以外の方		

※受付時間は受診者の人数により前後することがあります。

**【塩田地区の方へお知らせ】**

平成30年度 塩田地区住民健診の実施場所は「緒川保健センター」になります。都合が悪い方は総合保健福祉センター(かがやき)等で別日に受診する事ができますので、ご連絡ください。

**申込・問 かがやき 健康推進課健康推進G ☎54-7121**

**<山方地域>**

○健診項目 特定健診、生活習慣病予防健診、高齢者健診、結核・肺がん検診、喀痰検査  
 胃がん検診(胃部X線)、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診

月 日	受付時間	対 象 区		場 所
5月15日(火)	7:00～ 8:00	盛金(盛金宿1)、家和楽		盛金体育館
	8:00～ 9:00	盛金(平山、岡平、檜沢口)		
	9:00～ 9:45	盛金(盛金宿2)、久隆		
	9:45～10:30	盛金(高井釣、後野、穴城)		
	10:30～10:45	上記地区以外の方		

※班未加入の方は、住所地の班の受付時間にお越しください。

※受付時間は受診者の人数により前後することがあります。

**申込・問 山支 総合窓口・地域振興G ☎57-2121**



<美和地域>

○健診項目 特定健診、生活習慣病予防健診、高齢者健診、結核・肺がん検診、喀痰検査  
胃がん検診(胃部X線)、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診

月 日	受付時間	対 象 区	場 所
5月16日(水)	7:00～ 7:30	高部第2区	東河戸
	7:45～ 8:30		入檜沢、仲河戸
	8:45～ 9:15	高部第1区	三ツ木、下町
	9:30～10:15		関山、上町、谷熊
	10:30～11:00		細草、大貝
			美和工芸 ふれあいセンター

※受付時間は受診者の人数により前後することがあります。

**申込・問 美支 総合窓口・地域振興G ☎58-2111**

<緒川地域>

○健診項目 特定健診、生活習慣病予防健診、高齢者健診、結核・肺がん検診、喀痰検査  
胃がん検診(胃部X線)、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診

月 日	受付時間	対 象 区	場 所
5月13日(日)	7:00～ 7:40	小舟(仲郷、前屋、大貝)	緒川保健センター
	7:40～ 8:20	小舟(上郷、宿石原、小舟住宅)	
	8:20～ 8:50	大岩	
	8:50～ 9:20	油河内	
	9:20～10:15	塩田(北塩子)	
	10:15～10:40	塩田(西塩子)、大宮照田	
	10:40～11:00	上記地区以外の方	
5月31日(木)	7:00～ 7:30	那賀	緒川保健センター
	7:30～ 8:30	本郷、川西、西根	
	8:30～ 9:10	下郷	
	9:10～ 9:50	宿	
	9:50～10:10	上記地区以外の方	

※班未加入の方は、住所地の班の受付時間にお越しください。

※受付時間は受診者の人数により前後することがあります。

**申込・問 緒支 総合窓口・地域振興G ☎56-2111**

**平成30年度環境関係補助制度について**

地球温暖化防止とエネルギー対策として、次の住宅用システム機器等を設置する方に経費の一部を予算の範囲内で補助し、環境にやさしい生活を推進します。

○二酸化炭素冷媒ヒートポンプ給湯機(エコキュート)設置費補助金

・補助金額 40,000円

・補助対象品 二酸化炭素冷媒を使用し年間給湯保温効率(JIS)が2.5以上または年間給湯効率(JIS)が2.9以上

○太陽光発電システム設置整備事業補助金

・補助金額 1kWあたり25,000円(1,000円未満切捨て) 限度額70,000円

・補助対象システム

発電した電気の余剰電力を電力会社に販売することができる機能を備え、モジュールの公称最大出力の合計が10kW未満のシステム

<注意事項>

※システム機器等設置の提出書類については、生活環境課までお問い合わせください。

※補助金の申請は設置前に行ってください。

※市では、業者を通じての推進は行っていませんので、設置の際には十分検討のうえ契約をしてください。

○資源ごみ回収報奨金

ごみの減量と資源ごみの有効活用を推進するため、資源ごみを自主的に集団回収している団体(地区・高齢者クラブ・子ども会等)に対して回収量に応じた報奨金を交付します。

・交付額

資源ごみ(ビン・カン・紙類・牛乳パック等)1kgあたり5円と、報償基準額(報償単価)に満たない場合、その差額分を合わせて交付します(10円未満切捨て)。

※集団回収とは、常陸大宮市民で構成される団体が、回収日時、場所、品目、回収業者を決めて実施する自主的なリサイクル活動です。

**申込・問 本庁 生活環境課生活環境G ☎52-1111 内線122**

# 区・班にご加入ください

～健やかに安心して暮らせるまちづくり～

## 区・班とは...

行政情報の円滑な周知及び地域のコミュニケーションを図る組織であり、地域コミュニティの土台となるものです。区には班が組織されており、おおむね20戸ほどで構成されます。隣近所の人々とのふれあいを深め、助け合いながら、お互いの協働によって、活力と魅力ある地域づくりのため様々な活動が行われています。

## 区・班ではこんな活動をしています

### ～安心・安全な地域づくり～

子供の見守りや防犯灯の管理、防災訓練など、安心して暮らせる地域づくりを推進しています。



### ～地域の環境美化活動～

地域の環境美化のため、ごみ収集所の維持管理や生活道路の草刈り・ごみ拾いを行っています。



### ～地域のきずなづくり～

区民の交流・親睦を目的に、運動会、や子供会、敬老会などのみんなが参加できる行事を開催しています。



### ～行政とのつながり～

地域での課題が見つかったときは、区長・班長を通して市へ連絡され、行政等と連携し、解決を目指します。また、広報誌等の配布は班長さんを通じて行われています。



## 加入方法は？

加入する際は、市民協働課または各支所で加入手続きをしてください。

## お問い合わせ先

- ・市民協働課  
0295-52-1111(内線125)
  - ・地域創生部
- |       |         |
|-------|---------|
| 山方支所  | 57-2121 |
| 美和支所  | 58-2111 |
| 緒川支所  | 56-2111 |
| 御前山支所 | 55-2111 |



## 茨城県最低賃金は「時間額796円」です

茨城県最低賃金は平成29年10月1日から時間額796円(25円引き上げ)に改正され、茨城県内の全産業・全労働者に適用されています。賃金額が最低賃金を下回る雇用契約は、労使双方の合意であっても、賃金額については無効とされ、最低賃金と同額の契約をしたものとみなされます。

最低賃金については、茨城労働局賃金室(☎029-224-6216)または、もよりの労働基準監督署にお問い合わせください。

最低賃金引上げに向けた事業者への支援として、以下の相談窓口や助成金が利用できます。

### 【業務改善助成金について】

☎茨城労働局雇用環境・均等室

☎029-277-8294

### 【キャリアアップ助成金について】

☎茨城労働局職業対策課

☎029-224-6219

## 募 集

### 「野草を味わう会」参加者募集

～春の野草を味わおう～

自然を知り自然を楽しみ、野草の香りと普段味わえない味を知ってもらうことを目的に「野草の観察、野草のお弁当づくり」を行います。

色々な野草の名前や食べ方、野草が育つ環境や自然の大切さを学び、手づくりの野草のお弁当を自然の中で味わってみませんか。

○日 時 5月3日(木) 9:00～14:00

○場 所 緒川総合センター(上小瀬1259)、おがわふれあいの森

○対 象 者 市内在宅または在勤者

○募集人員 20名

○参加費 500円/人

○持 ち 物 筆記用具、持っている方は野草図鑑

○申込期限 4月26日(木)

○申込方法 直接または電話、FAXで住所、氏名、年齢、電話番号をお知らせのうえ、お申し込みください。

申込・問 常陸大宮市環境市民会議事務局

(本庁生活環境課内)

☎52-1111 内線122

### —お詫びと訂正—

平成30年3月26日発行「お知らせ版No.370」の10ページ目「地域創生まちづくり事業補助金について」の記事中の補助の期間に誤りがありました。

お詫びして訂正します。

(誤)平成30年度から3年間とします。

(正)平成30年度から4年間とします。

## 平成30年度常陸大宮市農業入門講座の受講生募集

市内在住で、他産業を退職して農業に従事している方や、農業に従事して間もない方、または新しく農業を始めようとする方で、直売所やJA等に農作物の出荷販売を目指している方のための農業入門講座を開催します。

○実施期間 平成30年5月～平成30年12月(全7回)

○講座内容 野菜の栽培(ナス、オクラ、ケール、プチヴェール)、作物栽培の基本技術の講義、現地研修等。

○開 講 式 5月22日(火) 9:30～  
「道の駅常陸大宮かわプラザ(多目的室)」(常陸大宮市岩崎717-1)

○申込方法 本庁農林振興課及び各支所、JA常陸大宮営農経済センター、常陸大宮地域農業改良普及センターで受け付けます(申込用紙が用意されています)。

○申込期間 5月14日(月)までにお申し込みください。応募者が多数の場合は選考とさせていただきます。詳しくは下記までお問い合わせください。

申込・問 本庁 農林振興課農業畜産G

☎52-1111 内線207

JA常陸大宮営農経済センター(集荷場)

☎53-5130

常陸大宮地域農業改良普及センター

☎53-0116

## 人工肛門・人工膀胱保有者のためのオストミー講習会について

人工肛門・人工膀胱保有者(オストメイト)及びご家族、医療関係者、その他一般の方々を対象に、下記のとおりオストミー講習会が開催されます。

○日 時 5月27日(日)  
10:00～14:30(受付開始 9:30)

○場 所 「ホリゾンかみね」2階研修室  
(日立市宮田町3381)

☎0294-22-2045

○内 容

①講演「適切なストーマケアについて」

講師/日立総合病院 皮膚排泄ケア認定看護師  
菱田 千枝

②席上相談 講師指導

③新人ピアカウンセリング・懇談

④ストーマ用装具展示・説明

○参加費 参加者1人につき1,000円(昼食代他)

※参加ご希望の方は、5月20日(日)

までに電話でご連絡ください。

申込・問 社団法人日本オストミー協会茨城県支部事務局

鈴木 ☎090-7738-2086

### 常陸大宮市の隠れた大地の魅力発見(第1回)

ジオネット常陸大宮では「市内の隠れた大地の魅力」を1年間にわたりシリーズで紹介する取り組みを行います。

インタープリターが、常陸大宮市の魅力を画像により説明や案内をします。道の駅かわプラザにお越しの際は、是非お立ち寄りください。

第1回の内容は次のとおりです。

- 日 時 4月22日(日) 10:00~16:00
- 場 所 道の駅常陸大宮かわプラザ1F多目的室
- 参加費 無料
- 主 催 ジオネット常陸大宮

**問** パークアルカディア森林科学館(担当 岩倉)  
☎57-2101



### 合気道 レディース&シニア一日体験参加者募集

- 日 時 6月12日(火) 9:30~11:30
- 場 所 西部総合公園体育館トレーニングルーム
- 対 象 者 中学生以上の女性・シニア男子。市内在住通勤通学の初心者の方
- 参加費 400円(保険料等)※当日徴収
- 募集人数 20名程度
- 講 師 公益財団法人合気会公認指導員
- 持 ち 物 飲み物、タオル等、運動のできる服装で参加してください(長袖・長ズボン)。
- 申込方法 申込書に必要事項を記入し、直接またはFAXでお申し込みください。
- 申込期限 5月25日(金)17:00

**申込** 一般財団法人常陸大宮市体育協会事務局  
(西部総合公園体育館内)  
☎52-5223 FAX 52-5224

**問** 常陸大宮市合気道連盟会長 木村 司郎  
☎080-6645-1498

..... きりとり (FAXの場合はきりとり不要) .....

#### 合気道一日体験参加申込書

ふりがな 氏 名	住 所 電話番号	年齢
	〒	
	☎	
	〒	
	☎	

※本申込書の個人情報については、目的以外には一切使用しません。

### 第27回市民ゴルフ大会

- 日 時 5月31日(木)  
集合/8:00 スタート/8:30
- 場 所 ゴルフ5カントリーサニーフィールド
- 参加資格 市内在住または在勤の方
- 募集人数 160名
- 参加費 3,000円
- プレー費 6,450円  
(税込、食事・乗用セルフカート付)
- 競技方法 18ホール・ストロークプレー  
「ペリア方式」、ダブルパー打切  
※同スコアの場合は年長者を上位とする。
- 競技規則
  - ・プレイング4のあるホールは必ず使用する。
  - ・スルーザグリーン、6インチプレイス可。
  - ・その他のルールについては、ローカルルール及びJGAの規則を適用。
  - ・70歳以上の方はシルバーティ使用可。
- 表 彰  
優勝、準優勝、飛び賞、ブービー・メーカー賞、当日賞、ベストグロス賞(男子・女子)、ドラコン・ニアピン
- 申込方法 直接またはFAXでお申し込みください。
- 申込期限 5月21日(月)17:00
- 主 催 市ゴルフ連盟

**申込** 一般財団法人常陸大宮市体育協会  
(西部総合公園体育館内)  
☎52-5223 FAX 52-5224

**問** 常陸大宮市ゴルフ連盟会長 大瀧 愛一郎  
☎090-2565-5462

..... きりとり (FAXの場合はきりとり不要) .....

#### 第27回市民ゴルフ大会参加申込書

ふりがな 氏 名	住 所 電話番号
	〒
	☎
	〒
	☎

※本申込書の個人情報については、目的以外には一切使用しません。

**公民館 短期講座・山方カルチャープラザ講座受講生募集**

短期講座(パソコン講座)・山方カルチャープラザ講座(英会話講座)の受講生を募集します。ぜひご応募ください。

**【パソコン講座】**

- 対象者 ・市内に在住または在勤・在学の方  
・パソコン初心者の方(キーボードで若干の入力ができる方)
- 費用 テキスト代1,300円程度(Windows10) ※パソコンは用意します。
- 申込方法 申込書に必要事項と希望する講座①②③のいずれかをご記入のうえ、お申し込みください。
- 申込期限 5月10日(木)17:00

No	講座名	日程	場所	内容	募集人数
①	パソコン(Excel2010)入門①	7月 1日(日)・ 8日(日) 9:30~15:30	大宮公民館講座室	表やグラフの作成、データの並び替え・抽出などの基本操作	各10名
②	パソコン(Excel2010)入門②	7月 5日(木)・ 6日(金) 9:30~15:30			
③	パソコン(Word2010)入門	7月12日(木)・13日(金) 9:30~15:30	御前山公民館 視聴覚室	文書の作成方法、図形や表入力方法などの基本操作	

**【英会話講座】**

- 対象者 市内に在住または在勤・在学の方及び小学生
- 費用 教材費等1,000円程度
- 申込方法 申込書に必要事項と希望する講座④⑤⑥⑦のいずれかをご記入のうえ、お申し込みください。
- 申込期限 5月2日(水)17:00

No	講座名	日程	場所	講師	募集人数
④	英語で遊ぼう	6月~12月 全12回 火曜日 18:00~19:30 小学校 低学年(1~3年生)	山方カルチャー プラザ	プラノト・ エマワチ	各10名
⑤	Let's Try英会話	6月~12月 全12回 木曜日 18:00~19:30 小学校 高学年(4~6年生)			
⑥	オリンピックに向けて ~おもてなしのマナー~<基礎編>	6月~12月 全12回 水曜日 19:30~20:30			
⑦	オリンピックに向けて ~おもてなしのマナー~<中上級編>	6月~12月 全12回 土曜日 9:30~11:00			

**<申込先>**

- 大宮公民館 〒319-2262 下町217 ☒om-kouminkan@city.hitachiomiya.lg.jp  
※大宮公民館では、郵便(当日消印有効)・FAX・Eメール受付可。  
※土・日曜日の受付可。月曜日・祝日を除く。
- 山方公民館・美和公民館・緒川公民館・御前山公民館 ※土・日曜日、祝日を除く。

**<注意事項>**

- ・定員を超えた場合は、抽選とさせていただきます。先着順ではありません。
- ・応募者が10名に満たないときは、開講しない場合や期限を過ぎても受け付ける場合があります。
- ・英会話講座では、8月は休講となります。また講師の都合上、曜日が変更になる場合があります。
- ・受講者が決定しましたら、後日日程等の案内を通知します。

**問** パソコン講座 大宮公民館 ☎52-0673(日・月曜日、祝日を除く)

御前山公民館 ☎55-2116(土・日曜日、祝日は除く)

**問** 英会話講座 山方公民館 ☎57-2903(土・日曜日、祝日は除く)

..... き り と り (FAXの場合はきりとり不要) .....

**パソコン・英会話講座受講申込書** 提出日 平成30年 月 日

ふりがな 氏名			
住所	〒 -		
電話番号	( )		(英会話講座希望の方のみ)
希望する講座名	(①~⑦のいずれか)	(講座名)	1 初心者 2 経験者 年

※申込書1枚で、一人1講座の申し込みになります。記入もれのないようご記入ください。  
※本申込書の個人情報については、目的以外に一切使用しません。

# マタニティフィットネス 参加者募集！

## ママも赤ちゃんも健康に！

～マタニティヨガやピクスで  
運動不足を解消しよう～



フィットネスインストラクター  
関口 雅代 氏

### <マタニティフィットネス参加者募集>

○期 日 4月19日(木)、5月16日(水)、6月21日(木)、7月18日(水)

○時 間 9:30～10:30(集合 9:10)

○場 所 総合保健福祉センター(かがやき)

○対 象 者(市内在住者)

・妊娠16週以降の方

※ただし、下記①～③に該当する方は対象となりません。

①医師に妊娠経過に異常があると診断されている方

②現在異常がなくても、流産を過去に3回以上繰り返している方

③正常妊娠であっても医師が運動を勧めていない方

・これから妊娠を希望する方

・産後1年未満の方

○募集人数 10名程度 ※事前の予約が必要です。

○持 ち 物 タオル、飲み物、親子(母子)健康手帳、スニーカー(室内用)

※動きやすい服装でお越しください。

<妊娠中の方>

妊娠経過証明書、同意書兼参加申込書兼問診票(どちらも初回のみ)

○講 師 日本マタニティフィットネス協会

フィットネスインストラクター 関口 雅代 氏

※講師は変更になる場合があります。

○参 加 費 無料

○申込方法 開催日前日までに電話または下記のQRコードでお申し込みください。また妊娠中の方は、当日までに妊娠経過証明書(産婦人科に発行してもらうもの)、同意書兼参加申込書兼問診票(本人が書くもの)の提出が必要になります。各様式は健康推進課窓口で配布または市ホームページからダウンロードしてご利用ください。

※妊娠経過証明書発行にあたり料金が発生する場合は、全額自己負担となりますのであらかじめご了承ください。

申込・問 かがやき 健康推進課母子保健G ☎54-7121



スマートフォン用



**ロゼホール移動公演「松竹大歌舞伎」鑑賞バスツアー参加者募集**

市文化センターの移動公演として、県民文化センターで行われる「松竹大歌舞伎」の鑑賞バスツアーを開催します。

また、鑑賞前に行われる「歌舞伎をより楽しむ会」にも参加することで、歌舞伎についての理解も深まり、公演をより楽しめます。ふるってご応募ください。

- 日 時 7月28日(土)  
【歌舞伎をより楽しむ会】  
開演/11:00 終演/正午  
【松竹大歌舞伎「昼の部」公演】  
開演/13:00 終演/16:00
- 乗車場所 市文化センター(出発/9:30)
- 演 目  
(一) 近江のお兼  
(二) 曾我綉侠御所染 御所五郎蔵  
(三) 高坏
- 出 演 者 尾上菊之助、市川團蔵、坂東彦三郎、中村梅枝 他
- 参 加 費 8,000円(公演チケットS席7,000円、昼食、飲物代含む)
- 募集人数 58名(先着順)※定員になり次第締切
- 申込方法 必要事項を記入のうえ、直接またはFAXでお申し込みください。
- 申込期間 5月2日(水)～13日(日)

**申込・問 常陸大宮市文化センター**  
☎53-7200 FAX 52-5224

..... きりとり (FAXの場合はきりとり不要) .....

**ロゼホール移動公演「松竹大歌舞伎」参加申込書**

ふりがな	住 所	年齢
氏 名	連 絡 先	性別
	〒	
	☎	
	〒	
	☎	

※本申込書の個人情報については、目的以外には一切使用しません。

**市文化センターグランドピアノ一般開放**

ロゼホールのグランドピアノを弾いてみませんか。『コンサート用のピアノを弾いてみたい』という声にお応えし、スタインウェイのグランドピアノを一般開放します。

- 日 時 5月11日(金)10:00～20:00  
5月12日(土)・13日(日)  
10:00～17:00
- 場 所 市文化センター 大ホール
- 対 象 者 市内に在住または通学・通勤している方  
※ピアノを大切に使用していただくため、経験者に限らせていただきます。
- ピアノの種類 スタインウェイD275、YAMAHA C-3
- 料 金 500円(1区分60分)
- 申込方法 必要事項を記入のうえ、直接または電話でお申し込みください。
- 申込期間 4月24日(火)～希望日の前日まで  
※申込初日のみ、お一人様1区分の申し込みとなります。

- そ の 他
  - ・中学生以下の方は保護者同伴でご利用ください。
  - ・営利目的での利用はできません。
  - ・ピアノを演奏する方は、申込者本人に限ります。
  - ・当日空きがある場合は、追加利用できます。
  - ・申込後のキャンセルによる払い戻しはできません。

**申込・問 常陸大宮市文化センター ☎53-7200**



..... きりとり .....

**グランドピアノ一般開放申込書**

ふりがな	年齢	経験
氏 名	歳	年
住所	〒	
電話番号	☎	
希望日時 (希望日時に○をつけてください)	【 5月11日(金) 10:00～11:00	15:00～16:00
	【 5月12日(土) 11:00～正午	16:00～17:00
	【 5月13日(日) 正午～13:00	17:00～18:00
	13:00～14:00	18:00～19:00
	14:00～15:00	19:00～20:00

※本申込書の個人情報については、目的以外には一切使用しません。

※太枠の時間帯は5月11日(金)のみ

## 【ひたまる25】春のスポーツ教室ガイド

### 芯を鍛える!!体幹トレーニング(コアトレ)教室

一昨年から開催し好評をいただいている体幹トレーニング教室・第1期を開催します。体幹部の筋力を鍛えることで、腰痛改善やダイエット等の効果も期待できます。



#### 高桑講師からのメッセージ

「ふだん使わない筋肉を刺激するトレーニングを笑顔で行います。少しずつレベルアップするので安心してご参加ください。」

- 期 日 5/8・29、6/19、7/3・10・24  
(全6回・全て火曜日)
- 時 間 19:00~20:00
- 場 所 西部総合公園体育館トレーニングルーム
- 対 象 者 どなたでも参加できます
- 講 師 高桑 誠氏(いずみ腰痛センター)
- 参 加 費 3,000円(保険料込み・初日に徴収・会員は半額)
- 募集人員 30名(先着順)
- そ の 他 ヨガマット、上履き、汗拭きタオル、飲み物をご持参ください。



### 痛み解消!!和室でストレッチ教室

日頃、体の痛み等でお悩みの方、正しいフォームでのストレッチを学び、痛み解消に取り組みましょう。



#### 岩上講師からのメッセージ

「当センターの施術の中から生まれたストレッチです。日々の生活における肩、腰、膝などの凝り、痛み、歪みの解消に役立ちます。カラダやココロの凝りをほぐして、快適な生活を手に入れるためのお手伝いができたら幸いです。」



- 期 日 5/8・22日、6/12・26日  
(全4回、全て火曜日)
- 時 間 10:00~11:00
- 場 所 大宮コミュニティセンター和室
- 対 象 者 どなたでも参加できます
- 講 師 岩上 栄滋氏(いずみ腰痛センター)
- 参 加 費 2,000円(保険料込み・初日に徴収・会員は半額)
- 募集人員 20名(先着順)
- そ の 他 汗拭きタオル、飲み物をご持参ください。

### 浅野佑介ヨガ教室

NHK水戸放送局「いばっチャオ」のヨガコーナーで講師を務め、また、全国各地でヨガ教室を主宰している浅野佑介氏を講師に招いてのヨガ教室です。



初心者の方にもわかりやすく指導し、また、できない動きをやらずに済むような教室の進め方をしていますので、どなたでもお気軽にご参加ください。

- (木曜昼の部)
- 期 日 4/26、5/10・31、6/21・28、7/5・12
- 時 間 10:30~11:45
- (金曜夜の部)
- 期 日 4/27、5/11、6/1・22・29、7/6・13
- 時 間 19:30~20:45
- (木曜・金曜共通)
- 場 所 西部総合公園体育館トレーニングルーム
- 対 象 者 どなたでも参加できます
- 講 師 浅野 佑介氏  
(ヨガインストラクター)
- 参 加 費 1回1,500円/  
全期前納の場合7,000円  
(保険料込み・初日に徴収)
- 募集人数 40名(先着順)
- そ の 他 ヨガマット、汗拭きタオル、飲み物をご持参ください。



### 月1ヨガ教室

毎月1回のペースで続けるヨガ教室です。土曜日の午前中に優雅なリフレッシュのひと時をお楽しみください。



#### 流田講師からのメッセージ

「アンバランスな身体を整え、リセットされた状態でヨガの基本を楽しむクラスですので、初めての方大歓迎です。月に一度、一緒にリフレッシュしましょう。」



- 期 日 5/12、6/2、7/14、8/11、9/8、10/13、11/10、12/1、1/12、2/9  
(全10回・全て土曜日)
- 時 間 10:00~11:00
- 場 所 西部総合公園体育館トレーニングルーム
- 講 師 流田 ゆうき氏
- 参 加 費 5,000円(保険料を含む。初日に徴収。会員は半額)
- 募集人員 30名(先着順)※申込人数が10人に満たない場合、中止になる場合があります。
- そ の 他 汗拭きタオル、飲み物、バスタオル、ヨガマットをご持参ください。



### 苦手克服・器械体操教室

マット運動や跳び箱が苦手なお子さん向けの器械体操教室です。丁寧な指導を受けて基礎から学び直し、苦手意識を克服しましょう！



#### 小口講師からのメッセージ

「マット運動と跳び箱運動を通して、柔軟性、瞬発力、バランス感覚など、総合的な体力を養います。苦手な子でも楽しく学べるプログラムを用意しています。たくさんの児童の参加を待っています。」

- 期 日 5/15・29、6/5・19、7/3・17、8/7・21、9/4・18(全10回・全て火曜日)
- 時 間 18:30～20:00
- 場 所 大宮北小学校体育館
- 対 象 者 市内在住の小学生
- 講 師 小口 盛氏(常陸大宮市スポーツ推進委員)
- 参 加 費 1回500円(保険料込み・毎回徴収・会員は半額)
- 募 集 人 員 30名(先着順)

### 運動会直前企画！早く走ろうワンポイントレッスン！

運動会直前企画として上手く走るためのワンポイントレッスンを実施します。小学校初めての運動会の1年生から、走るのが苦手な上級生、さらに、親子競技やリレー等に参加するお父さんお母さんまで対象に行います。小学生は上手く走るヒントを得て、保護者の方にとっては急な運動による転倒・けがの予防にいかがでしょうか？皆さんの参加をお待ちしています。



- 期 日 5/13(日)
- 時 間 9:00～11:00
- 場 所 常陸大宮市立旧大場小学校体育館
- 対 象 者 市内在住の小学生及び保護者
- 講 師 小口 盛氏、松浦 安美氏、中村 美佐江氏(常陸大宮市スポーツ推進委員)
- 参 加 費 500円(保険料込み。会員は半額)
- 募 集 人 員 30名(先着順)申込人数が10人に満たない場合、中止になる場合があります。

### 筋トレ教室

ダンベル、バーベルを活用し、正しいフォームで安全に行う筋力トレーニング教室第1期を開催します。「筋トレをやってみたくてやり方がわからない」「やってるけどフォームが正しいかどうか不安」といった方に基礎から丁寧に指導します。レッツ筋トレ！



#### 高桑先生からのメッセージ

「トレーニングを重ねるうちに筋肉痛が心地よくなります！男性だけでなく、女性の参加者も多いのでお気軽にどうぞ！」

- 期 日 5/14・28、6/4・18、7/2(全5回・全て月曜日)
- 時 間 19:00～20:00
- 場 所 旧大場小学校教室
- 対 象 者 18歳以上の方ならどなたでも参加できます
- 講 師 高桑 誠氏(いずみ腰痛センター)
- 参 加 費 3,000円(保険料を含む。初日に徴収。会員は半額)
- 募 集 人 員 15名(先着順)※申込人数が10人に満たない場合、中止になる場合があります。
- そ の 他 上履き、汗拭きタオル、飲み物をご持参ください。

### エンジョイ★フライデーナイト

金曜夜にヘルスバレーボールとスラックラインをメインに、多世代で様々なスポーツを楽しもうという新しい企画です。スラックラインとは、幅2.5～5cm、長さ5～20mのベルト状のラインを利用したスポーツです。バランス感覚、体幹トレーニング等にも効果があります。



- 期 日 5/18・25、6/15・22、7/13・27、8/10・24、9/14・28、10/12・26、11/9・23、12/14・21、1/18・25、2/8・22、3/8・22(全22回・全て金曜日)
- 時 間 18:30～20:30
- 場 所 常陸大宮市立旧大場小学校体育館
- 対 象 者 どなたでも参加できます
- 参 加 費 1回500円(保険料を含む。会員は無料)
- 募 集 人 員 30名(先着順)※申込人数が10人に満たない場合、中止になる場合があります。
- そ の 他 運動のできる服装、体育館シューズ、汗拭きタオル、飲み物をご持参ください。

### スケートボード教室

2020年東京オリンピックの正式種目、アクションスポーツの定番、スケートボードをこの春から始めてみませんか。講師は常陸大宮市在住の池下“JESSE”孝志先生(元プロスノーボーダー)です。



#### 池下講師からのメッセージ

「2020東京オリンピック正式種目となり国内外で盛り上がりを見せているスケートボード。あなたも横乗り体験してみませんか？基礎からしっかりとコーチング致します。ぜひ親子でご参加ください。一緒にスケートボードを楽しみましょう。」

- 期 日 5/16、6/20、7/18、8/15、9/19、10/17、11/21、12/19、1/16、2/20(全10回・全て水曜日)
- 時 間 18:30～20:00
- 場 所 山方公民館
- 対 象 者 どなたでも参加できます
- 講 師 池下“JESSE”孝志氏
- 参 加 費 1回500円(保険料を含む。会員は半額)
- 募 集 人 員 30名(先着順)※申込人数が10人に満たない場合、中止になる場合があります。
- そ の 他 スケートボード(4輪)、ヘルメット(必ず着用)、プロテクター、汗拭きタオル、飲み物をご持参ください。

### ～～～各教室の申込方法～～～

- 申込方法 申し込みは、参加申込書に必要事項を記入しFAX、もしくはクラブメールアドレス宛に参加申込書の必要事項を送信するか、各募集要項内のQRコードから申込フォームへ移行し、必要事項を入力して送信してください。
- 申込期間 4月10日(火)～定員に達するまで
- 申込・問** **スポーツクラブひたまる25事務局**  
☎55-9666 FAX 55-9667  
✉ hitamaru25@ab.wakwak.com

#### 参加申込書

氏 名	住 所	申込教室名
	電話番号	
	〒	
	☎	
	〒	
	☎	

※本申込書の個人情報については、目的以外には一切使用しません。

**NPO法人県北支部 グラウンドゴルフ交流会**

花の季節がやってきました。皆さんをお誘いして和気あいあいと楽しく交流しましょう。

- 日 時 4月30日(月) 集合開会/8:45 解散予定/12:30 受付/8:00～  
雨天の場合は予備日として、翌日5月1日(火)
- 場 所 御前山ダム公園
- 主 催 NPO法人わくわくニュースポーツクラブ 県北支部
- 後 援 御前山ニュースポーツクラブ
- 募集人員 100名 定員になり次第締切
- 参加資格 一般参加 未経験者大歓迎 会員
- 参加費 300円(保険・賞品・参加費等)
- 持ち物 飲み物、タオル、帽子、食事等
- 申込期限 4月20日(金)
- 申込先 下記の申込用紙に記入のうえ、直接申し込みください。

※当日会場付近にNPO法人わくわくニュースポーツクラブ目印ののぼり旗を立てます。

**申込・問** 県北支部長 辻 末夫 ☎・FAX 0294-52-5546  
事業副部長 河野 八枝子 ☎・FAX 55-3158


..... き り と り (FAXの場合はきりとり不要) .....

**NPO法人グラウンドゴルフ交流会参加申込書**


ふりがな 氏 名	住 所 電話番号	生年月日 年 齢	クラブ有無 予備日可否	備考
	〒		有・無	
	☎	歳	可・否	
	〒		有・無	
	☎	歳	可・否	

※本申込書の個人情報については、目的以外には一切使用しません。

**イベント**



## 市内のイベント情報【4・5月】



**【道の駅常陸大宮かわプラザ イベント情報】**

**ゴールデンウィークは思いっきり遊んじゃおう**  
 4月29日(日・祝) 昭和の遊びで楽しもう！  
 ベーゴマ・メンコ・けん玉・竹馬・竹ぼっくりを用意してお待ちしています。  
 5月 3日(木) 西洋野菜フェア(試食もあります！)  
 5月 5日(土) かわプラザウォークラリー(お子様限定)  
 5月 6日(日) 奥久慈いちごフェア感謝祭  
 詳細は道の駅常陸大宮～かわプラザ～ホームページをご確認ください。

**問** 道の駅常陸大宮かわプラザ ☎58-5038

**【その他のイベント情報】**

**やすらぎの里公園さくら祭り**  
 ○期 日 4月22日(日) ※雨天の場合中止  
 ○内 容 毎年恒例の丸太切りゲーム(参加者全員賞品あり)、緒川弥七太鼓、ベリーダンス、シンガーソングライターライブなどステージイベント満載！！また、焼きそばや焼き鳥などの模擬店も多数あります。

**問** やすらぎの里公園管理事務所 ☎56-2401

## 図書館からのお知らせ

### ■行事予定

#### ★おはなし会

- 口ゼのつどい・くれよん 5月 5日(土)
  - 美和かわせみ・ひこうき雲 5月12日(土)
  - めばえの会 5月17日(木)
  - どんどんちっち・おひさま 5月19日(土)
  - はみんぐばあど・御前山かわせみ 5月26日(土)
- 10:30から1階児童コーナーで行います。**

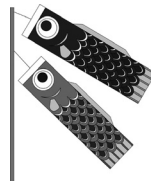
#### ★わくわくうきうきおはなし会

こどもの日に向けたおはなし会です。楽しいおはなしで皆さんをお待ちしています。

- 期 日 5月3日(木) 14:00～
  - 場 所 図書館 2階 視聴覚室
  - 出 演 読み聞かせボランティア ピピキキ
  - 参 加 費 無料
- ※申し込みなしでどなたでも参加できます。

#### ★作品の展示期間

- 「ぼくのわたしのおすすめの本」  
4月20日(金)～5月31日(木)
- 「母の日父の日におえをかこう！」  
4月28日(土)～6月3日(日)



#### ★こどもの読書週間

##### 標語「はじまるよ！本のカーニバル」

子どもたちにもっと本を！との願いから、「こどもの読書週間」は1959年(昭和34年)に始まりました。

もともとは、5月5日の「こどもの日」を中心とした2週間(5月1日～14日)でしたが、2000年より、今の4月23日(世界本の日・子ども読書の日)～5月12日になりました。

図書館では、総合保健福祉センター(かがやき)で実施されている9か月乳児相談時に、ブックスタートパック(絵本2冊、コットンバッグ、アドバイス集、赤ちゃん絵本のリストなど)をプレゼントしています。まだ受け取っていない方は、図書館でお渡ししますので、親子(母子)健康手帳をお持ちのうえご来館ください。



### ■新しくいった本

#### <一般書>

- ・雲上雲下 朝井 まかて
- ・イザベルに薔薇を 伊集院 静
- ・修羅の都 伊東 潤
- ・モモコとうさぎ 大島 真寿美
- ・定年オヤジ改造計画 垣谷 美雨
- ・路上のX 桐野 夏生
- ・赤猫 柴田 哲孝
- ・掟上今日子の色見本 西尾 維新
- ・刑事の怒り 薬丸 岳
- ・花ひいらぎの街角 吉永 南央

#### <児童書>

- ・外来生物のひみつ 今泉 忠明
- ・はじめてまなぶもちかたのえほん 宮里 暁美
- ・フルスイング！ くすのき しげのり
- ・グランパと僕らの宝探し 大矢 純子
- ・ぼくのネコがロボットになった 佐藤 まどか
- ・グドーさんのおさんぼびより たくだの ほうこ
- ・もうちょっともうちょっと きむら ゆういち
- ・おめでとうのさくらまんじゅう 西本 鶏助
- ・ママが10にん！？ 天野 慶

### ■開館カレンダー

#### 5月

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		

開館時間 9:30～18:00

■休館日

■19:00まで開館

問 図書館 ☎53-7300 FAX 53-7301

HP <http://www.tosyo.city.hitachiomiya.lg.jp>



### グランドピアノ開放

好評だったグランドピアノ(スタインウェイ・ヤマハC-3) 個人練習用貸し出しを本年度も行います。



- 時間 5月11日(金)10:00~20:00  
5月12日(土)10:00~17:00  
5月13日(日)10:00~17:00
- 参加費 1回/1時間 500円
- お申し込み 4月24日(火)~受付開始  
窓口、または、お電話にて

### 川井郁子100年の音楽コンサート

世代を超えて愛される珠玉の名曲を華麗なヴァイオリンと楽しいトークでお届けします。



- 時間 開場 15:30 / 開演 16:00
  - 入場料 一般 4,000円 (全席指定)  
(未就学児入場不可)
  - チケット発売日 3月24日(土)~  
窓口 9:00~/電話・ネット 13:00~
- ネット先行販売  
3月14日(水)17:00~3月16日(金)

### 親子で楽しむ バギーコンサート



赤ちゃんが泣いても大丈夫!!  
0歳から楽しめるコンサート!

- 時間 10:30~11:00
- 入場無料
- 内容 ピアノ演奏 他
- 会場 エントランスホール

●年数回開催予定です。お気軽にお越し下さい。

### 山崎まさよし

Yamazaki Masayoshi String Quartet "BANQUET"

2015年に開催した、山崎まさよし String Quartet "HARVEST"以来3年ぶりにカルテットとの共演ツアーが決定。山崎まさよしに加え、弦楽四重奏が折り重なるスペシャルな編成でのライブは必見です!



- 時間 開場 17:00 / 開演 17:30
- 入場料 一般 7,500円 (全席指定)  
※小学生以上有料  
※未就学児童のご入場は保護者の座席の範囲内
- チケット発売日 4月14日(土)~  
窓口 9:00~/電話・ネット 13:00~

託児所有り

ネット先行販売  
4月4日(水)17:00~4月6日(金)

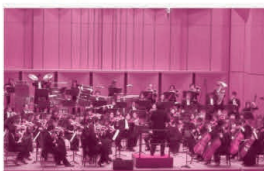
### 松竹大歌舞伎バスツアー



- 会場 茨城県立県民文化センター・大ホール
  - 主催 (公財) いばらき文化振興財団
- 詳細は追ってお知らせします

### 元気が出るコンサート! 吉田正記念オーケストラ

懐かしい音楽と愉快なトークで笑いあり、涙あり、元気が出るオーケストラ! ムード音楽をフルオーケストラで堪能! どこかで聞いたことのある名曲ばかりです。



- 時間 開場 14:30 / 開演 15:00
- 入場料 一般 2,700円 (全席指定)  
ペアチケット 5,000円 (全席指定)  
(未就学児入場不可)
- チケット発売日 6月23日(土)~  
窓口 9:00~/電話・ネット 13:00~

ネット先行販売  
6月13日(水)17:00~6月15日(金)

### 宝くじまちの音楽会 岩崎宏美with宗次郎

~心のふるさとを求めて~

詳細は追ってお知らせします



無料送迎バスのご案内  
(※右記マークが付いている公演について無料送迎バスを運行します)

水戸駅からの無料往復バスがご利用出来ます。



※ご利用に当たっては、必ずご予約をお願い致します。  
※定員に限りがある為、先着順にてのお受付となります。

お問合せ・お申し込みは、  
常陸大宮市文化センターまで  
(TEL 0295-53-7200)

### お子様連れの方

臨時託児所のご案内(※右記マークが付いている公演について託児所を設けます)

お子様連れのお客様に、ごゆっくりと公演を楽しんで頂ける様に、自主事業の際に臨時託児所を設けます。専門の資格を持ったスタッフが責任を持ってお預かり致します。

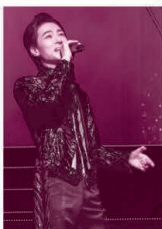
- 対象年齢: 1歳~6歳(未就学児)
- 料金: 500円/人
- 詳細は常陸大宮市文化センター窓口まで (TEL 0295-53-7200)

注意事項

※「託児所有り」となっている公演に限ります。  
※ご利用は、その公演のチケットをご購入頂いたお客様とさせていただきます。  
※お申し込みは、チケット発売日から公演1週間前まで。  
(定員に達しましたら、お断りすることがございます。)



**演歌新時代  
山内恵介 熱唱ライブ2018**  
～新たなる夢の扉へ～



“演歌のプリンス”が熱烈なラブコールに  
応え、ロゼホールにいいよ登場。

- 時 間 開場 13:30 / 開演 14:00
- 入場料 一般 6,000円 (全席指定)  
(未就学児入場不可)
- チケット発売日 8月5日(日)～  
窓口 9:00～ / 電話・ネット 13:00～

ネット先行販売  
7月25日(水) 17:00～7月27日(金)

無料  
パス

2019年～



**第24回 大宮寄席  
立川志らく 立川談笑 二人会(仮称)**



立川談志の残した足跡をもっとも踏襲していると言われる  
立川志らく。古典落語を独自の演出で聴かせる立川談笑。  
今、最も旬な2人の共演！この機会をお聞き逃しなく！

- 時 間 開場 13:30 / 開演 14:00
- 入場料 一般 2,800円 (全席指定)  
(未就学児入場不可)
- チケット発売日 10月27日(土)～  
窓口 9:00～ / 電話・ネット 13:00～

ネット先行販売  
10月17日(水) 17:00～10月19日(金)



**おかあさんといっしょ  
ガラピコぷ～がやってきました！！**



「おかあさんといっしょ」で人気の人形劇「ガラ  
ピコぷ～」の歌や踊りのコンサート  
ステージと会場が一体となって盛り上がるファ  
ミリーステージです。

- 時 間 ①開場 12:30 / 開演 13:00  
②開場 15:00 / 開演 15:30
- 入場料 一般 2,600円 (全席指定)  
1歳以上有料  
(1歳未満膝上鑑賞可)
- チケット発売日 12月22日(土)～  
窓口 9:00～ / 電話・ネット 13:00～

ネット先行販売  
12月12日(水) 17:00～12月14日(金)

託児所  
有り



**假屋崎省吾  
花とトーク(仮称)**



詳細は追ってお知らせします

平成30年度「年間シート会員」募集

常陸大宮市文化センター●ロゼホールでは、ロゼホール主催公演を1年  
間同じ席でご鑑賞できる「年間シート会員」を募集します。  
座席は、先着順によりご希望の座席を選ぶことができます。

◆募集席数：70席(定数になり次第締め切り)

◆対象公演：

期日	公演名	入場料金(予定)
6/3(日)	川井郁子100年の音楽コンサート	4,000円
7/1(日)	山崎まさよしYamazaki Masayoshi String Quartet BANQUET	7,500円
9/30(日)	元気になるコンサート！吉田正記念オーケストラ	2,700円
H31.1/26(土)	第24回大宮寄席 立川志らく 立川談笑二人会(仮称)	2,800円

◆注意事項

- ・上記4公演全てのご購入が条件です。
- ・一旦申し込みになりましたら、年度途中の取り消しはできません。
- ・チケット代は、公演ごとにお支払いいただきます。
- ・公演によっては、ご希望の座席にならない場合があります。

◆下記公演は、ご希望があれば同じ席をご購入出来ます。

11/16(金)	山内恵介熱唱ライブ2018～新たなる夢の扉へ～	6,000円
未定	假屋崎省吾 花とトーク(仮称)	未定
H31.3/21(木祝)	おかあさんといっしょ ガラピコぷ～がやってきました！！	2,600円

この他にも追加公演がありましたら、随時希望をとらせていただきます。

◆申込期間

平成30年3月25日(日)～6月2日(土)(但し、定数になり次第締め切り)

◆お問い合わせ・申込先

申込用紙に必要事項を記入し、常陸大宮市文化センターの窓口又は電話・FAX  
でお申込み下さい。

ロゼチケット会員募集中

インターネット限定の会員で、登録は無料となります。  
チケット先行販売などの特典があり、しかもPCや携帯で、  
座席予約やクレジット決済など、手軽で便利！  
是非、ご登録ください。

「常陸大宮市文化センター」か「ロゼホール」で検索

「チケット購入」ボタンをクリック！

「会員登録」ボタンをクリック！

「会員登録/入会」をクリックし、必要事項をご記入下さい

※ご登録されたメールアドレスに入会完了のメールが届く事をご確認下さい。

優先的に購入出来る「ロゼチケット会員」へのご登録がオススメです。

催し物の詳細情報、またはロゼチケット会員お申し込みは どちらで検索！

ロゼホール

検索

■ チケット販売取次所 (予約したチケットを受け取る事が出来ます)

常陸大宮市教育委員会	山方分室	TEL:0295-57-2903
	美和分室	TEL:0295-58-2142
	緒川分室	TEL:0295-56-5111
	御前山分室	TEL:0295-55-2116
森山フォトシステムズ(大子町)		TEL:0295-72-2111

■ プレイガイド一覧 ご注意！チケットの電話予約は常陸大宮市文化センターのみです。

常陸大宮市文化センター●ロゼホール	TEL:0295-53-7200
おぐらや(常陸大宮市)	TEL:0295-52-0876
常陸大宮SCピサー口(常陸大宮市)	TEL:0295-52-4800
四季彩館(常陸大宮市)	TEL:0295-55-2626
パルティホール(常陸太田市)	TEL:0294-73-1234
水戸京成百貨店(水戸市)	TEL:029-231-1111
茨城県立県民文化センター(水戸市)	TEL:029-241-1166
東海文化センター(東海村)	TEL:029-282-8511

**相 談**

**常陸大宮市社会福祉協議会**

**平成30年度常陸大宮市心配ごと相談所開設年間予定表**

場所 時間	大宮地域 ☎53-1125 総合保健福祉センター (かがやき)		山方地域 ☎57-6826 山方公民館	美和地域 ☎58-3311 美和総合 福祉センター	緒川地域 ☎56-2857 緒川老人福祉センター やすらぎ荘	御前山地域 ☎55-2733 御前山保健福祉 センター
	年月	一般相談 9~14時	弁護士相談 13~16時	弁護士相談 13~16時	弁護士相談 13~16時	弁護士相談 13~16時
平成30年 4月	11日(水) 18日(水) 25日(水)					17日(火)
5月	2日(水) 9日(水) 16日(水) 23日(水)	30日(水)			21日(月)	
6月	6日(水) 13日(水) 20日(水) 27日(水)		15日(金)	21日(木)		
7月	4日(水) 11日(水) 18日(水) 25日(水)	26日(木)				17日(火)
8月	1日(水) 8日(水) 22日(水)	29日(水)	17日(金)			
9月	5日(水) 12日(水) 19日(水) 26日(水)			20日(木)		
10月	3日(水) 10日(水) 17日(水) 24日(水)	31日(水)			15日(月)	
11月	7日(水) 14日(水) 21日(水) 28日(水)		16日(金)			20日(火)
12月	5日(水) 12日(水) 19日(水) 26日(水)			20日(木)		
平成31年 1月	9日(水) 16日(水) 23日(水)	30日(水)			21日(月)	
2月	6日(水) 13日(水) 20日(水) 27日(水)					19日(火)
3月	6日(水) 13日(水) 20日(水) 27日(水)	25日(月)	15日(金)			

◎一般相談では電話相談も受け付けています。ご相談の際は、社会福祉協議会本所までお問い合わせください。  
 ◎弁護士相談は、市内どこの会場でも相談できます。また、相談はあらかじめ予約が必要です。先着順  
 (最大6名)で締め切らせていただきますので、下記までご連絡ください。

予約・☎ 常陸大宮市社会福祉協議会

本所 ☎53-1125 山方 ☎57-6828 美和 ☎58-3311 緒川 ☎56-2857 御前山 ☎55-2733

## 各種無料相談【5月】

<市内で実施される相談>

\*電話=電話による相談 面接=面接による相談  
\*毎週行っている各種相談については、特に記述がない場合は、土・日・祝日は行いません。

### 社会福祉協議会の心配ごと相談

#### ●弁護士相談(要予約・先着順) 面接

①【日時】21日(月) 13:00~16:00  
【場所】緒川老人福祉センターやすらぎ荘  
【担当弁護士】森田 冴子 先生

予約・問 社協 緒川支所 ☎56-2857

②【日時】30日(水) 13:00~16:00  
【場所】総合保健福祉センター(かがやき)  
【担当弁護士】岡田 利恵 先生

予約・問 社協 本所 ☎53-1125

#### ●一般相談 面接・電話

【日時】2・9・16・23日(水) 9:00~14:00

【場所】社会福祉協議会本所  
(総合保健福祉センターかがやき内)

予約・問 社協 本所 ☎53-1125

#### ●心の健康相談(要予約・先着順) 面接

人との付き合いがうまくできない、気持ちが滅入ってしまう、不安なことがあり眠れない、アルコール依存(傾向)、認知症等で悩んでいるなど、心の健康についての悩みをご相談ください。

【日時】25日(金) 問診/13:30~ 相談/14:00~

【場所】総合保健福祉センター(かがやき)

【相談員】栗田病院 高橋 智之 医師

予約・問 かがやき 健康推進課 ☎54-7121

#### ●こころの相談(要予約) 面接

さまざまな不安やこころの不調を抱え悩んでいる本人・ご家族のための相談です。

【日時】25日(金) 10:00~正午

【場所】市役所本庁

予約・問 本庁 社会福祉課 ☎52-1111 内線133

\*メンタルサポートステーションきらり(大子町)による電話相談を、毎週月~土曜日(10:30~17:15)に行っています。  
☎0295-72-5881

#### ●特設人権相談 面接

子どものいじめ・虐待・地域差別・嫌がらせ・家庭内問題等人権に関わる問題でお困りの方は、お気軽にご相談ください。

相談は市の人権擁護委員がお受けし、秘密は厳守します。

【日時】17日(木) 9:00~正午

【場所】山方公民館 2階 小会議室

問 常陸大宮市人権擁護委員協議会事務局(本庁 市民課内)

☎52-1111 内線102

### <子育て・教育に係る相談>

#### ◎教育支援センター 面接・電話

(学校生活に伴う問題について)  
毎週月~金曜日/9:30~16:30  
場所/同センター(野口1337)  
☎55-2514

#### ◎家庭教育・青少年相談 面接・電話

(子育て・子どもの心身の成長に伴う問題や悩みについて)  
毎週火・木曜日/9:00~16:00  
場所/生涯学習課(本庁3階)  
☎52-1111内線336

#### ◎家庭児童相談 面接・電話

(家庭・家族・養育の正常化・健全化について)  
毎週月~金曜日/8:30~17:00  
場所/こども課(本庁1階)  
☎52-1111内線137

### <消費生活相談>

#### ◎市消費生活センター 面接・電話

毎週月~金曜日/  
9:00~正午、13:00~16:00  
場所/商工観光課内(本庁2階)  
☎52-2185

\*月・水・金は専任相談員が対応

### <身体障がい・知的障がいの相談>

#### 面接・電話

毎週月~金曜日/8:30~17:15  
場所/常陸大宮市社会福祉協議会  
美和支所 ☎58-3818

# けんこうカレンダー【5月】

このコーナーの詳しい内容については、総合保健福祉センター(かがやき)内・健康推進課または、各支所へお問い合わせください。

## ▽子どもに関すること

◎対象となるお子さんには個別に通知します。

全地域 会場：総合保健福祉センター(かがやき)					
乳児健診(3~4か月児)	17日(木)	受付/13:30~13:50	1.6歳児健診(1歳6か月児)	9日(水)	受付/13:00~13:20
乳児相談(12か月児)	29日(火)	受付/ 9:30~ 9:40	2歳児歯科健診(2歳3か月児)	16日(水)	受付/13:00~13:20
乳児相談(9か月児)		受付/13:30~13:40	3歳児健診(3歳2か月児)	30日(水)	受付/13:00~13:20

## ▽おとなに関すること

※受診を希望する方は電話による事前申込が必要です。

大宮地域		御前山地域	
『腹部超音波検診』		『子宮頸がん・乳がん検診』	
21日(月)	岩崎コミュニティセンター	25日(金)	御前山保健福祉センター
24日(木)	大宮農村環境改善センター	29日(火)	
『子宮頸がん・乳がん検診』		30日(水)	
8日(火)	大宮東部地区コミュニティセンター		
10日(木)	総合保健福祉センター(かがやき)		

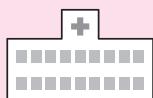
問 かがやき 健康推進課 ☎54-7121

山支 総合窓口・地域振興G ☎57-2121

美支 総合窓口・地域振興G ☎58-2111

緒支 総合窓口・地域振興G ☎56-2111

御支 総合窓口・地域振興G ☎55-2111



電話で確認してからお出かけください。

## ◆休日・祝日の当番医◆ 4/15~5/4

\*病院名・電話番号

	市内(市外局番0295)	那須烏山市(市外局番0287)	茂木町(市外局番0285)
4/15	岡崎外科医院 ☎52-0547	塩谷医院 ☎88-2055	桜井循環器科内科 ☎63-5131
22	丹治医院 ☎53-2115	滝田内科医院 ☎82-2544	もてぎの森「メディカルプラザ」☎64-1122
29	大曾根内科小児科 ☎52-0302	七合診療所 ☎82-2781	今井医院 ☎63-0320
30	エヌ・ティークリニック ☎55-8865	林田医院 ☎88-2056	茂木中央病院 ☎63-1151
5/3	大曾根内科小児科 ☎52-0302	水沼医院 ☎84-0001	さとう耳鼻咽喉科クリニック ☎64-3341
		山野クリニック ☎84-3850	もてぎの森「メディカルプラザ」☎64-1122

○市内の医療機関の診療時間は、9:00~正午です。

(当番医のやむを得ない都合により診療時間の変更や休診となることがあります)

○近隣市町村の医療機関については、直接お問い合わせください。また、常陸大宮市ホームページからも検索できます。

## ◆救急医療二次病院◆

常陸大宮済生会病院 ☎52-5151

○24時間体制で、重症患者を受け入れています。

## ◆休日・夜間の急患◆

○医療機関案内

茨城県救急医療情報コントロールセンター ☎029-241-4199(年中無休24時間対応)

○次のサイトから最新の情報をご覧ください。

茨城県救急医療情報システム <http://www.qq.pref.ibaraki.jp/>

とちぎ医療情報ネット <http://www.qq.pref.tochigi.lg.jp/>

○お子さんが急な病気で心配なとき、ご相談ください。

茨城子ども救急電話相談 平日(月曜~土曜日) 18:30~翌朝8:00

休日(8:00~翌朝8:00) ※日曜日・祝日・年末年始(12/29~1/3)

プッシュ回線の固定電話、携帯電話から #8000

すべての電話から ☎029-254-9900