



お知らせ版

No.515

2024(令和6年)

4/10

発行 / 常陸大宮市
編集 / 企画政策課
☎ 0295-52-1111
FAX 0295-53-6010

〒319-2292 常陸大宮市中富町 3135-6
ホームページ <https://www.city.hitachiomiya.lg.jp/>
メールアドレス kouhou@city.hitachiomiya.lg.jp

お知らせ

- P2-3 ○集団健診6月実施分の受付を開始します
- P4 ○「議会報告会」を開催します
- P4 ○「常陸大宮市史 資料編3 近世Ⅰ」を販売します
- P4 ○給付金の申請期限を延長します(7万円給付金)
- P4 ○森林の伐採には届出が必要です
- P5 ○認知症予防カフェ(オレンジカフェ)開催中
- P5 ○浄化槽の設置などに補助金を交付します
- P5 ○水道料金の支払いは口座振替が便利です
- P6 ○「緑のカーテン」の種を配布します
- P6 ○動物は適切に飼育しましょう!
- P6 ○市民の方のまちづくり活動に補助をします
- P12 ○図書情報館からのお知らせ
- P14 ○けんこうカレンダー【5月】
- P14 ○休日・祝日の当番医(4/14~5/6)

募集

- P7 ○市との協働事業提案を募集します
- P7 ○「親子ふれあい遊び」参加者募集
- P7 ○「今知っておきたい!子育て世代のお金のはなし」参加者募集
- P8 ○「とっかえっこマルシェ」開催に向け不要な子ども服などを回収します
- P8 ○第37回市民ゴルフ大会 参加者募集
- P8 ○「かるやか運動教室」参加者募集
- P8 ○手話奉仕員養成講座(入門課程)
- P9 ○新緑の三王山ハイキング参加者募集
- P9 ○女性学級開設希望団体募集
- P9 ○高齢者学級「さくら大学」学級生募集
- P10 ○【ひたまる25】会員募集
- P10 ○脳活運動・スクエアステップ体験教室 参加者募集
- P11 ○日本語教室 参加者募集
- P11 ○常陸大宮で映画を撮ろう!
- P11 ○文化センターのグランドピアノを弾いてみませんか?

イベント

- P12 ○「おとうさんといっしょ」レオてつコンサート

相談

- P13 ○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
山方地域センター	57-2111
美和地域センター	58-2111
緒川地域センター	56-2111
御前山地域センター	55-2111
総合保健福祉センター(かがやき)	54-7121
子育て世代包括支援センター(ぬくもり)	58-7780
こどもセンター	55-8873
水道お客さまセンター	52-0427
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
中央公民館	52-0673
文化センター・ロゼホール	53-7200
図書情報館	53-7300
おおみやコミュニティセンター	53-5885
神奉地コミュニティセンター	57-3963
西部総合公園体育館	52-5223
歴史民俗資料館	52-1450
文書館	52-0571
おおみや広域聖苑	54-0202

休日窓口開設日

4月28日(日)
5月26日(日)
9:00~17:00

※市民課窓口のみの開設(昼休みを除く)

ひたまるアプリ

アプリから
自動で
お知らせ

常陸大宮市では、市民の方への重要なお知らせのほか、補助金や助成金・サポート制度など、より早く、簡単に取得できるスマートフォン向けアプリ「ひたまるアプリ」を配信中です!

Get it on Google play



Download on the App Store



右記二次元コードからダウンロードできます

ひたまる

お知らせ

集団健診6月実施分の受付を開始します

日程をご確認のうえ、申込期間内にお申し込みください。
 年間の日程は、3月に各世帯に配付した「各種健(検)診日程表」または市ホームページをご確認ください。

電話 受付開始日: 4月30日(火)から
 ※インターネットでの申込は既に受け付けています。

基本健診・がん検診

健診日	胃がん検診	会場
6/1(土)	○	御前山地域センター
6/3(月)	×	神奉地コミュニティセンター
6/6(木)	○	総合保健福祉センター「かがやき」
6/16(日)	○	
6/28(金)	×	

胃がん検診の欄が「×」の健診日は胃がん検診を実施しません。

健診受付時間(時間選択可)

胃がん検診がある健診日

8:00 ~ 12:00

胃がん検診がない健診日

9:30 ~ 11:30

13:30 ~ 15:30

受付時間は30分間隔です。
 申込みの際にご確認ください。

○対象年齢・個人負担金

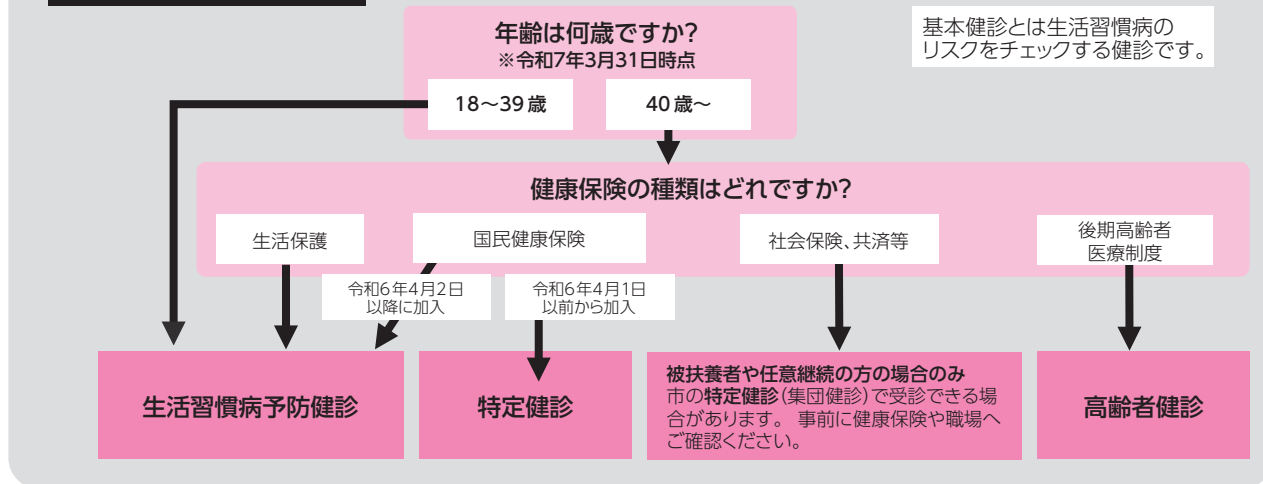
対象年齢は令和7年3月31日時点の年齢です。ただし高齢者健診は受診日での年齢です。

健(検)診名	対象年齢					個人負担金(円)	条件
	18~39歳	40~49歳	50~64歳	65~74歳	75歳以上		
基本健診	生活習慣病予防健診	●				1,000	下記のフローチャートをご確認ください
	特定健診		●	●	●	1,000	
	高齢者健診				●	●	
がん検診	胸部検診(肺がん・結核検診)		●	●	●	●	無料
	喀痰検査		▲	▲	▲	▲	805 ▲胸部検診を受診し、喫煙状況から該当する方
	胃がん検診(X線検査)		●	●	●	●	1,000
	大腸がん検診		●	●	●	●	500
	前立腺がん検診		●	●	●	●	500 男性のみ
肝炎ウイルス健診		●	●	▲		500 一度も受けたことがない方のみ ▲70歳まで ※40・45・50・55・60・65・70歳の方は無料	

基本健診フローチャート

基本健診は年齢と健康保険によって種類が変わります。

基本健診とは生活習慣病のリスクをチェックする健診です。



腹部超音波検診


対象年齢は令和7年3月31日時点の年齢です。

検診日	会場	対象年齢	個人負担金(円)
6/14 (金)	総合保健福祉センター「かがやき」	40歳以上	1,000
6/18 (火)			
6/19 (水)	御前山地域センター		
6/27 (木)	神奉地コミュニティセンター		

検診受付時間(時間選択可)

①8:00～8:30	②8:30～9:00	③9:00～9:30	④9:30～10:00
⑤10:00～10:30	⑥10:30～11:00	⑦11:00～11:30	⑧11:30～12:00

子宮頸がん・乳がん検診

検診日	会場
6/5 (水)	総合保健福祉センター「かがやき」
6/10 (月)	御前山地域センター
 6/11 (火)	総合保健福祉センター「かがやき」
6/20 (木)	
6/26 (水)	神奉地コミュニティセンター
6/30 (日)	総合保健福祉センター「かがやき」


検診受付時間(時間選択可)


乳がん検診のみ受診		子宮頸がん検診のみ受診 乳がん・子宮頸がん検診両方受診	
①10:00～10:15	②10:15～10:30	①12:30～12:40	②12:50～13:00
		③13:10～13:20	

○対象年齢・個人負担金

対象年齢は令和7年3月31日時点の年齢です。

検診名	対象年齢					個人負担金(円)	条件等
	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～74歳	75歳以上		
子宮頸がん検診	●	●	●	●	●	500	
乳がん検診 超音波		●	▲	▲	▲	500	▲奇数年齢の方
乳がん検診 マンモグラフィ 1 方向				▲	▲	500	▲偶数年齢の方
乳がん検診 マンモグラフィ 2 方向			▲			1,000	▲偶数年齢の方

 保育あり。希望者は健康推進課へお電話ください。

 送迎車運行日。希望者は健康推進課へお電話ください。

6/3(月) 山方農村集落多目的共同利用施設⇄神奉地コミュニティセンター

6/28(金) 大宮公民館「大賀分館」⇄総合保健福祉センター「かがやき」

【健(検)診全般注意事項】

がん検診は「自覚症状がない方」が対象です。「自覚症状のある方」や「前回の結果が要精密検査となり、まだ精密検査を受診していない方」は市の検診ではなく医療機関を速やかに受診してください。

《申込方法》

○電話 【健康推進課】☎0295-54-7121(8:30～17:15 土日祝日除く)

○インターネット(24時間受付)

「常陸大宮市 検診」で検索、または右の各種健(検)診案内からお申込みください。

(「各種健(検)診案内」ページトップの「集団健診の予約はこちらから」バナーをクリック)

・定員に達した時点で受付を終了します。・申し込み後のキャンセルは、お早めにご連絡ください。



▲各種健(検)診案内

「議会報告会」を開催します

議会報告会は、市民の皆さんと議会議員が向き合って貴重なご意見を直接お聞きし、意見交換をする機会です。どなたでも参加できます。

あわせて、参加された皆さんにはいくつかのグループに分かれてもらい、議員との意見交換会を予定しています。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

- 内容
 - ・各常任委員会の活動報告
 - ・特別委員会の概要
 - ・意見交換会のテーマ
「常陸大宮市を考える
～これからの常陸大宮市を共に語ろう～」

日時	場所
5/15(水)	10:00 神奉地コミュニティセンター 美和地域センター 別館
	14:00 緒川地域センター 御前山地域センター 別館
5/25(土)	13:30 おおみやコミュニティセンター

※ご都合の良い会場へお気軽にお越しください
(各回90分程度)。

問 議会事務局 庶務・議事G ☎52-1111 内線413

「常陸大宮市史 資料編3 近世 I」を販売します

本書は、江戸時代の常陸大宮市域関係資料(藩と村、生業、災害、信仰など)計563点を活字化し、掲載しています。私たちの地域のルーツをたどる、必見の基礎資料集です。

書籍名	常陸大宮市史 資料編3 近世 I
発売日	4月23日(火)
販売場所	・市役所3階文化スポーツ課 ・歴史民俗資料館 ・文書館
価格	3,500円
仕様	B5版 994ページ/本文モノクロ/ 口絵カラー22ページ/箱入り

※詳細は市ホームページをご確認ください。



▲詳細

問 文化スポーツ課 文化振興G
☎52-1111 内線343

給付金の申請期限を延長します (7万円給付金)

現在実施中の電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援追加給付金(1世帯あたり7万円)の申請期限を延長します。


現在	延長
令和6年 3月31日(日)	令和6年 5月31日(金)

※確認書は2月上旬に発送していますので、再発行や個別の問い合わせは給付金対策室へご連絡ください。

問 給付金対策室(社会福祉課内) ☎55-9300

森林の伐採には届出が必要です

森林所有者などが森林の立木を伐採する場合、事前に「伐採及び伐採後の造林の届出書」の提出が必要です。また、伐採・造林後は「状況報告書」の提出が必要です。届出書・状況報告書の提出を怠ったり、届出内容と異なる行為を行った場合には、森林法により罰せられることがあります。

届出が必要な森林	都道府県が策定する地域森林計画対象の民有林
対象地の確認方法	<ul style="list-style-type: none"> ・農林振興課農林整備Gへ問い合わせ ・いばらきデジタルまっぷ掲載の森林計画図(茨城県)で確認  <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">いばらきデジタルまっぷ</div>
届出が必要な方	森林所有者や立木を買い受けた方
届出の期間	<ul style="list-style-type: none"> ・伐採及び伐採後の造林の届出書 ⇒伐採を始める90日から30日前まで ・伐採に係る森林の状況報告書 ⇒伐採を完了した日から30日以内 ・伐採後の造林に係る森林の状況報告書 ⇒造林を完了した日から30日以内
提出先	農林振興課農林整備G窓口 (市役所2階)

注意

1haを超える森林の開発を行う場合(太陽光発電設備の設置は0.5ha)や、保安林に指定されている森林を伐採する場合には、県知事の許可が必要となります。

問 農林振興課 農林整備G ☎55-8072

認知症予防カフェ(オレンジカフェ)開催中

認知症の方やその家族を地域で支え、いつまでも生き生きと生活をするために認知症予防カフェ(オレンジカフェ)を開催しています。認知症予防に関心のある方もぜひお気軽にご参加ください。

○**活動内容** 認知症のお悩み相談、参加者との交流、認知症予防の脳トレ、体操、講話 など

	大宮	山方	美和	御前山
日 時	毎月第4土曜日 10:00~11:00 要予約	毎月第1火曜日 13:30~15:00 (出入り自由)	毎月第2火曜日 10:00~12:00 (出入り自由)	毎月第3月曜日 13:30~15:00 (出入り自由)
場 所	サポートセンター大宮内 カフェテリアエルマウ	神奉地コミュニティ センター	美和地域センター 多目的室	御前山地域センター 多目的室
問い合わせ	志村大宮病院認知症疾患 医療センター 予約 ☎58-8020	北部地域包括支援センター ☎57-3326		

※大宮のみ200円の参加費があります。

問 長寿福祉課 高齢者支援G ☎52-1111 内線173・174

浄化槽の設置などに補助金を交付します

生活排水による公共用水域の水質汚濁を防ぐため、合併処理浄化槽を設置する方に対し、予算の範囲内で補助金を交付します。

対象区域	公共下水道計画区域と農業集落排水事業区域を除く市内全域
対 象 者	新たに合併処理浄化槽を設置する方で、年度内に設置が完了できる方 ※合併処理浄化槽から合併処理浄化槽への転換の場合は対象外
補 助 金 (限度額)	①合併処理浄化槽設置費補助金 5人槽 332,000円 6~7人槽 414,000円 8人槽以上 548,000円 ②単独処理浄化槽またはくみ取り槽撤去費補助金 単独処理浄化槽 120,000円 くみ取り槽 90,000円 ※①の交付を受けて合併処理浄化槽を設置し、単独処理浄化槽またはくみ取り槽を撤去する場合。 ③宅内配管工事費補助金 300,000円 (限度額) ※①の交付を受けて合併処理浄化槽を設置し、単独処理浄化槽またはくみ取り槽から転換する場合。 ※既設住宅の建替えにあわせて行う場合は対象外。

問 上下水道部 総務経営課 総務経営G
☎52-0427 内線36

水道料金の支払いは口座振替が便利です

上下水道料金の支払いは、便利で安心な口座振替がおすすめです。支払いに行く手間がかからず、払い忘れの心配もありません。

○口座振替の申込方法

次の金融機関または水道お客さまセンターの窓口でお申し込みください。口座振替依頼書は、市内の金融機関と水道お客さまセンター・各支所にあります。

【取扱金融機関】

常陽銀行	筑波銀行	茨城県信用組合
東日本銀行	常陸農業協同組合 各支店	水戸信用金庫
烏山信用金庫	中央労働金庫	ゆうちょ銀行・ 郵便局

○口座振替日

毎月25日(土・日、祝日にあたる場合は翌営業日)預貯金残高が不足にならないよう、振替日前日までに入金をお願いします。振替日に振り替えできなかった場合、再振替は行っていません。

○申込の際に必要なもの

- ・通帳など口座番号がわかるもの
- ・通帳の届出印
- ・お客様番号がわかるもの(納入通知書など)

問 常陸大宮市水道お客さまセンター ☎52-0427

「緑のカーテン」の種を配布します

「緑のカーテン」とは、建物の側面にネットを張り、アサガオやゴーヤなどのつる性の植物を栽培して、直射日光をさえぎり日陰をすることです。葉の水分が蒸発することで建物内の温度上昇を抑え、エアコンの使用を減らすことができる環境にやさしい取り組みです。

環境市民会議では、緑のカーテンづくり推進のため、種を無料で配布します。家庭や職場で緑のカーテンをつくってみませんか？

配布期間	4月22日(月)～5月10日(金) ※なくなり次第終了
配布場所	市役所生活環境課、各支所 ※土・日、祝日を除く
配布対象	市内在住の方、市内の事業所
配布品	・西洋アサガオ、ゴーヤ(各1袋) ・緑のカーテンの作り方説明書 1部
配布数	西洋アサガオ 70袋、ゴーヤ 70袋 (各支所含む)

問 常陸大宮市環境市民会議事務局(生活環境課内)
☎52-1111 内線114

動物は適切に飼育しましょう！

犬・猫を飼ったときは

- ・犬の登録と狂犬病予防注射を受けましょう
このことは法律で義務付けられています。
- ・犬はつないで、事故防止に心がけましょう
犬のかみつき事故が発生したら、「茨城県動物指導センター」へ届け出ましょう。
- ・ふん尿の後始末は飼い主の義務です
犬の散歩の際は、尿を水で流すことや、ふんを袋などで拾って持ち帰って処分することに努めてください。
- ・危険やトラブルを避けるため、猫は屋内で飼いましょう

ペットを飼ったときは

- ・身元証明やマイクロチップなどをつけましょう
マイクロチップは動物病院でつけられます。飼い犬・猫が迷子になったら、市、茨城県動物指導センター、警察署に連絡してください。
- ・動物の遺棄は犯罪です
不幸な命を作らないために不妊・去勢手術を受けましょう。また、ペットがその命を終えるまで、責任をもって飼いましょう。

野良猫への対処

- ・野良猫にエサを与えている方へ
エサを与えることで、野良猫の数が増え、近隣トラブルや交通事故などで死亡する不幸な猫を増やすこととなります。エサをあげるなら、責任と愛情をもって、室内で飼ってあげましょう。
- ・野良猫が自宅敷地内に入って困っている方
ホームセンターなどで手に入る猫用忌避剤や木酢液などを庭にまくと効果があります。市や県動物指導センターでは、野良猫の捕獲や駆除は行っていません。

問 生活環境課 生活環境G ☎52-1111 内線114
茨城県動物指導センター ☎0296-72-1200

市民の方のまちづくり活動に補助をします

市では、市民のみなさんが実施する、まちをより良くする活動に補助をします。

まちづくり活動支援補助金

地域の特性を生かした魅力と活力ある元気なふるさとづくりを推進するため、市民が主体となって実施する公益性が高い、地域を活性化させる活動(事業)に、補助金を交付する制度です。

対象者	市内に在住、在勤する者で構成された、構成員が10人以上の団体
対象事業	・まちづくり活動拠点整備事業 廃校や用途廃止された市有施設を活用し、地域住民が気軽に集うことができる活動拠点施設を整備する事業 ・地域イベント助成事業 地域の賑わいとコミュニティづくりを目的としたイベントなどを開催する事業
補助限度額	・まちづくり活動拠点整備事業 100万円(補助率4/5) ・地域イベント助成事業 30万円(補助率2/3)
募集期限	9月30日(月)
実施期間	補助金交付決定日 ～令和7年3月31日(月)
交付決定	予算の範囲において随時、審査・交付決定をします。

制度の詳細、申請の手続きなどは下記までお問い合わせください。

問 地域創生課 市民協働G ☎52-1111 内線125

募 集

市との協働事業提案を募集します

行政や地域の課題の解決と、より良いまちづくりを推進するため、市民団体などから市と協働で実施する事業提案を募集します。

対象事業	<ul style="list-style-type: none"> ・ 育成協働提案事業 若者や地域住民で構成される団体など多様な主体との協働により、地域課題の解決を図り、より良いまちづくりを促進する事業 ・ 一般協働提案事業(※) 市民団体との協働により、地域課題の解決を図り、より良いまちづくりを促進する事業
------	---

育成協働提案事業

市が負担する経費	上限 30万円 (市負担対象経費の9/10)
調整期間	4月17日(水)～7月12日(金) ※事業担当部署との調整が必須となります。
募集期限	7月31日(水)
実施期間	協働事業の協定書締結日 ～令和7年3月31日(月)
審査採択	協働事業提案制度審査委員会で提出された書類により審査を行います。審査報告に基づき、予算の範囲で市長が採択事業を決定します。
報告会	翌年度に事業報告会にて事業の報告を行います。

※一般協働提案事業の詳細は、決まり次第お知らせします。


募集要項、申請の手続きなど、詳細は下記までお問い合わせください。

問 地域創生課 市民協働G ☎52-1111 内線125

子育て広場講座

「親子ふれあい遊び」参加者募集

県内でリトミックを中心としたレクリエーションなどの活動をしている金澤恵美子さんを講師に迎え、親子ふれあい遊びの講座を行います。音楽に親しんで親子でふれあって、一緒に楽しく体を動かしてみませんか。

日時	5月15日(水) 10:30～11:15(集合/10:15)
場所	総合保健福祉センター「かがやき」2階 こどもセンタープレイルーム
対象	保育所(園)に通っていない市内在住の 生後10か月～1歳6か月のお子さん とその保護者
定員	先着8組
申込方法	申込フォーム(⇒) 
申込期間	4月22日(月)10:00～5月14日(火)16:00
持ち物	タオル、飲み物 など
服装	動きやすい服装


問 子育て広場 【☎53-1401】

開設時間 月～金曜日10:00～16:00

開設時間外はこどもセンター 【☎55-8873】へ

親向け講座「今知っておきたい！子育て世代のお金のはなし」参加者募集

NISAの制度や資産の考え方を分かりやすくお伝えするセミナーを開催します。将来のお金のことや、お子さんの学費のことなど、安心して生活が送れるように、お金に関する知識を身につけましょう。

日時	5月14日(火)10:00～11:30
場所	総合保健福祉センター「かがやき」2階 こどもセンタープレイルーム
対象	常陸大宮市在住の子育て世代の保護者 (未就学児の保護者)
定員	先着15組 ※託児サービスあり
申込方法	申込フォーム(⇒) 
申込期間	4月17日(水)8:30～5月10日(金)17:15
持ち物	筆記用具

問 こどもセンター 【☎55-8873】

(総合保健福祉センター「かがやき」内)

「とっかえっこマルシェ」開催に向け 不要な子ども服などを回収します

とっかえっこマルシェは不要になったベビー用品や子ども服を持ちより、次に使ってくれる方へ「つなぐ」リユースイベントです。

イベント開催に向け、不要になった子ども服やおもちゃなどを回収しますので、ぜひお持ちよりください。

回収期間	4月15日(月)～5月30日(木)9:00～15:00
回収場所	こどもセンター・子育て広場
集める物	・春、夏物の子ども服(新生児～160cm) ・絵本・肌着(未使用品)・ベビー用品 ・おもちゃ ※穴や汚れ、毛玉が酷い物、破損している物、電池を入れても動かない物はお預かりできません。

とっかえっこマルシェ in スプリング開催日

○日時 5月28日(火) 9:00～17:00

29日(水) 9:00～17:00

30日(木) 9:00～15:00

○場所 こどもセンター

問 こどもセンター【☎55-8873】
(総合保健福祉センター「かがやき」内)

第37回市民ゴルフ大会 参加者募集

日時	5月14日(火) 集合時間：8:00 スタート：8:30
場所	静ヒルズカントリークラブ
対象	市内在住又は、在勤の方
定員	100名
費用	参加費：2,000円 プレー費：9,200円 (税込、食事別)
表彰	優勝、準優勝、飛び賞、ブービー・メーカー賞、当日賞、当回賞、ドラコン・ニアピン
競技方法	前半9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。
申込方法	西部総合公園体育館窓口、FAX
申込期限	5月5日(日)17:00
後援	一般財団法人常陸大宮市スポーツ協会

申込 西部総合公園体育館 FAX52-5224
問 常陸大宮市ゴルフ連盟会長 大瀧 愛一郎
☎090-2565-5462

「かるやか運動教室」参加者募集

高齢になっても元気で自分のことができるよう、体を動かす総合的な能力を鍛えるクロスフィットトレーニングを行ってみませんか。

クロスフィットトレーニングとは日常生活の動作をベースにした動きをもとに、「心肺機能、スタミナ、筋力、柔軟性、パワー、スピード、連動性、俊敏性、バランス、正確性」の10要素を総合的に鍛えていくトレーニングです。

※昨年までの「元気アップ教室」が名称変更となりました。

日時	6月12・26日、7月10・24日、 8月7・28日、9月4・11・25日、10月2日 9:30～11:30 (毎回水曜日)
場所	御前山地域センター(別館)
対象	65～74歳の方
講師	志村大宮病院 理学療法士・健康運動実践指導者
定員	30名 ※定員を超えた場合は抽選とし、後日通知します。
参加費	無料
申込方法	窓口、電話、FAX 氏名・住所・生年月日・電話番号をお教えください。
申込期間	4月25日(木)～5月8日(水)

申込・問 長寿福祉課 高齢者支援G
☎52-1111 内線174 FAX53-5811

手話奉仕員養成講座(入門課程)

相手の簡単な手話が理解でき、手話であいさつや自己紹介程度の会話が可能となることを目標とした講座を実施します。

日時	6月3日(月)～11月25日(月) 18:15～20:15(基本月曜日、全19回)
場所	市役所3階 行政委員会室
対象	市内在住または市内施設・学校・職場に在籍している16歳以上の方
定員	10名(先着順)
参加費	無料(テキスト代は実費)
申込方法	電話、メール
申込期限	5月17日(金)

申込・問 社会福祉課 社会福祉G
☎52-1111 内線134
✉ fukushi@city.hitachiomiya.lg.jp

新緑の三王山ハイキング参加者募集

新緑の三王山で日々の運動不足を解消！ハイキング後は、四季彩館で絶品のダムカレーを堪能し、温泉で疲れを癒やしてはいかがでしょうか？お気軽にお申し込みください。皆さんの参加をお待ちしています。

期日	5月26日(日) 8:30集合 ※雨天中止 (所要時間：往復約3時間30分)
集合場所	旧長倉小学校(長倉1315)
定員	30名(先着順)
参加費	2,000円(保険・食事・入浴の費用込み)
申込方法	電話 平日9:00～17:00(12:00～13:00を除く)
申込期間	4月15日(月)～5月15日(水)
申込特典	四季彩館入浴券1枚プレゼント (入湯税別、次回以降利用可)

申込・問 商工観光課 観光振興G ☎55-8073

令和6年度女性学級開設希望団体募集

中央公民館では、女性が暮らしの中から課題を見つけ、共に課題解決に取り組みながら、住みよい地域づくりを目指して活動する団体・グループを支援します。

対象	市内に居住する女性で構成するおおむね10名以上の団体、グループ
活動期間	令和6年5月～令和7年3月
活動場所	希望する市内の公共施設など
支援内容	学習内容の相談、講師の紹介、交渉、講師謝金等の費用負担、バスの手配等
申込方法	中央公民館窓口にある必要書類に記入し提出(日・月、祝日を除く) ※応募多数の場合は、抽選となる場合があります。
申込期限	5月24日(金)

※自分たちで学習したい内容(教養講座、健康講座、運動、視察研修等)を自由に設定する自主運営となります。クラブ活動などを行っている団体、グループは、その活動と同一内容とすることはできません。

※申込書、応募に関する詳細は市ホームページをご確認ください。



▲申込など詳細

申込・問 中央公民館 ☎52-0673

令和6年度 高齢者学級「さくら大学」学級生募集

さくら大学では、実生活に役立つ学習、趣味の学習、健康な高齢期の過ごし方などの学習会を、学級生で話し合いながら自由に設定し、年度末までに5回程度学びます。一緒に楽しく、学習してみませんか。

【募集内容】

対象	市内に在住する65歳以上の方
定員	おおむね25名 ※応募者多数の場合は、抽選となる場合があります。
参加費	無料 ※内容によっては材料費が必要となります。
申込方法	・入学申込書に記入のうえ、直接またはFAX(日・月、祝日を除く) ※入学申込書は中央公民館窓口にあります。 ・申込フォーム(⇒)
申込期限	5月15日(水)



【第1回学習会・開級式】

日時	6月14日(金) 9:30～11:30
場所	文化センター●ロゼホール 小ホール
講話	認知症予備軍からの脱出!? ～生活習慣と挑戦コグニサイズ～
講師	志村大宮病院リハビリテーション事業部 大津 匡史 先生



▲詳細



申込・問 中央公民館 ☎52-0673 FAX53-6807

志村大宮病院

広告

呼吸器外来

●外来予定●
月曜～土曜 9:00～12:30

このような症状のある方は
・長引く咳 ・しつこい痰 ・息切れ ・胸の痛み
・呼吸困難 ・喘息 ・肺がん化学療法 ・気管支鏡による診断

志村大宮病院 <https://www.hakujinkai.com>

【予約】0295-53-1111 【相談窓口】0295-53-9910

[ひたまる25] 会員募集

スポーツクラブひたまる25では、旧大場小学校を活用し、子どもから高齢者まで「だれでも、いつでも、どこでも、いつまでもスポーツに親しむことのできる場」を提供しています。火曜～土曜まで毎日利用できるジムなどのほか、曜日ごとにさまざまなスポーツ教室を開催しています。現在会員を募集していますので、興味のある方はお気軽にお問い合わせください。



活動内容 時間	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	スポーツ吹き矢 13:00～15:00	ラージボール卓球 13:00～17:00	健康体操(※) 14:00～15:00	ユニカール 13:00～15:00	ノルディック ウォーキング
	毎日利用できる運動：ラージボール卓球・グラウンドゴルフ・スポーツジム 火曜日～金曜日 13:00～19:00 土曜日 13:00～17:00 ※健康体操：第1・3週(脳トレ・スクエアステップ) 第2・4週(ストレッチ)				
活動場所	旧大場小学校体育館・教室				
会費	個人会員：入会金2,000円 年会費5,000円(子ども3,000円) 家族会員：入会金3,000円(一家族あたり) 年会費 1人目5,000円 2人目以降4,000円(子ども2,000円) 【会員の特典あり】※詳しくは、スポーツクラブひたまる25までお問い合わせください。				

申込・問 スポーツクラブひたまる25事務局(火、金曜日13:00～17:00)
☎55-9666 ☎090-2148-3921 FAX55-9667

[ひたまる25] 脳活運動(b)・スクエアステップ(s)体験教室 参加者募集

加齢とともに低下する身体機能、認知機能の予防効果を高める、「b・s体験教室」を開講します。

日時	5月23日、6月13日・27日、7月11日・25日、8月22日 13:30～15:30 (すべて木曜日)
場所	おおみやコミュニティセンター 多目的ホール
定員	30名(定員になり次第締め切り)
参加費	300円/回(ひたまる25会員100円/回)(保険代含む)
申込方法	電話、FAX ※氏名、ふりがな、住所、電話番号(日中の連絡先)をお教えください
申込期限	各日程の当日まで。※定員になり次第締切
持ち物	飲み物、タオル、館内シューズ

申込・問 スポーツクラブひたまる25事務局(火、金曜日13:00～17:00) ☎55-9666 FAX55-9667

日本語教室 参加者募集

国際交流ボランティアばらの会では、海外出身者を対象に日本語教室を開き、レベルにあった日本語を教えたり、困ってることの生活相談を受け付けています。

海外出身者で日本語を学びたい方、国際交流に興味のある方、ボランティアをしたいと考えている方、どなたでも気軽に参加してください。英語が話せなくても大丈夫です！

日本語教室	月曜教室(毎週) 18:00 ~ 20:00 日曜教室(第4) 12:00 ~ 14:00 ※祝日に開催する場合があります。詳しい日程はお問い合わせください。
場所	おおみやコミュニティセンター
授業料	100円/回
その他活動内容	・困りごと生活相談 ・日本の伝統行事体験 など
申込方法	国際交流ボランティアばらの会へ電話

【ボランティアを希望される方へ】

ボランティア活動参加証明書を発行しますので、進学や就職の際にご活用ください。

興味のある方は、国際交流ボランティアばらの会までお問い合わせください。※年会費 1,000円

申込・問 国際交流ボランティアばらの会

久下沼 美枝子 (Mieko Kugenuma) ☎090-8176-8886
粕谷 静子 (Shizuko Kasuya) ☎080-5515-7105

常陸大宮で映画を撮ろう！

市で開催される国際映画祭「ジャパンワールド映画祭・芸術祭 2024」にあわせ、地域の映画を作ってみませんか？映画監督の速水雄輔が講師になり、映画作りを学ぶ教室を開催します。

過去に市民が作った映画「ブルーベリージャムを作って」が、アカデミー賞公認の映画祭など世界各国の映画祭で入選や受賞をし、注目を浴びています。

日時	第1回 5月12日(日) 9:00 ~ 12:00 第2回 5月19日(日) 9:00 ~ 12:00 第3回 5月26日(日) 9:00 ~ 12:00 第4回 6月 2日(日) 9:00 ~ 12:00
場所	おおみやコミュニティセンター
対象	どなたでも(中学生以上)
講師	速水 雄輔
内容	・シナリオの基礎 ・カメラ、録音、照明の基礎 教室の最後には講師が選んだ1作品を、参加者の皆さんと一緒に映画化！完成した映画は本年度映画祭で特別上映
参加費	2000円/全4回(学生無料)
申込方法	メール  jwff.miwa@gmail.com
申込期限	5月10日(金)
持ち物	筆記用具、原稿用紙
後援	常陸大宮市教育委員会

問 いばらきノースバード KENPOKU FILMS

☎090-9290-7344

文化センターのグランドピアノを弾いてみませんか？【一般開放】

「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、ロゼホールの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	4月27日(土)・28日(日)・29日(月・祝)、 5月3日(金・祝)・4日(土)・5日(日)・6日(月・祝) 10:00 ~ 16:50
場所	常陸大宮市文化センター●ロゼホール 大ホール
対象	ピアノ経験者
料金	500円(1区分50分)
楽器の種類	スタインウェイ D274 / YAMAHA C-3
申込方法	窓口、電話 4月13日(土) 9:00 ~ ※受付初日のみ、お一人様1区分の受付となります。
その他	利用方法はお問い合わせください。



▲ロゼホール
ホームページ

申込・問 常陸大宮市文化センター●ロゼホール ☎53-7200

イベント

「おとうさんといっしょ」レオてつコンサート

NHK Eテレで放送中の「おとうさんといっしょ」の仲間たちがロゼホールにやってくる!!
 【出演】シュッシュュ、ポップ、ゆめ、まさとも、パンタン駅長

開催日	7月6日(土) 1回目 11:00開演(10:30開場) 2回目 14:00開演(13:30開場)
場所	常陸大宮市文化センター●ロゼホール 大ホール
チケット販売日・ 申込方法	・窓口、電話、インターネット 4月27日(土) 9:00～ ・インターネット先行販売 4月17日(水) 17:00～19日(金) 23:59
入場料金	《全席指定》 2,500円(税込) ※1歳以上有料(0歳児は膝上鑑賞無料) ※子ども用クッションが必要な方はご持参ください。 ※臨時託児所あり(お一人500円/6月29日までにお申し込みください)



▲ロゼホール
ホームページ

申込・問 常陸大宮市文化センター●ロゼホール ☎53-7200

図書館からのお知らせ

■行事予定

★おはなし会

ロゼのつどい・お日さまのかけらと小さな地球
 5月 4日(土)
 くれよん 5月11日(土)
 めばえの会 5月16日(木)
 美和かわせみ 5月18日(土)
 ひこうき雲 5月25日(土)
 10:00から1階児童コーナーで行います。

★母の日・父の日似顔絵展

5月12日の母の日、6月16日の父の日
 に向けてお母さん、お父さんの似顔絵展
 を開催します。
 ○展示期間 4月20日(土)～6月2日(日)
 ○展示場所 図書館エントランス

★こどもの読書週間

4月23日(火)～5月12日(日)

標語「ひらいてワクワク めくってドキドキ」
 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)にはじまり、今年で66回目と
 なりました。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。



■新しく入った本

<一般書>

・幽霊健診日 赤川 次郎
 ・方舟を燃やす 角田 光代
 ・悪魔の審判 神永 学
 ・のち更に咲く 澤田 瞳子
 ・守護者の傷 堂場 瞬一
 ・君を守ろうとする猫の話 夏川 草介
 ・鳥人王 額賀 滯
 ・博士はオカルトを信じない 東川 篤哉

<児童書>

・お金のびっくり事典 中村 浩訳
 ・巨大地震のサバイバル 洪 在徹
 ・ふしぎなフーセンガム 麻生 かつこ
 ・しば犬こたのさんぽぽ 影山 直美
 (えほん)
 ・ことばいいかええほん 齋藤 孝
 ・がっこうへくまをつれていかないで
 マーク スペアリング
 ・ひみつのたからもの 豊福 まきこ
 (YA)
 ・僕たちの幸せな記憶喪失 春田 モカ

■5月の休館日

6日(月)、7日(火)、13日(月)、20日(月)、
 27日(月)
 開館時間 9:30～18:00
 開館時間延長日(19:00まで)
 2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、
 30日(木)

問 図書館 ☎53-7300 FAX53-7301
 HP <https://www.tosyo.city.hitachiomiya.lg.jp>

各種無料相談【5月】

* **電話** = 電話による相談 **面接** = 面接による相談

<市内で実施される相談>

相談内容	日時・場所	予約・問
弁護士相談 面接 事前予約制 日常生活での 悩みや困りごと等	9日(木) 13:00 ~ 16:00 美和地域センター 【相談員】 弁護士 藤田 奈津子 24日(金) 13:00 ~ 16:00 おおみやコミュニティセンター 【相談員】 弁護士 岡田 利恵	社会福祉協議会 ☎53-1125
一般相談 面接・電話	毎週水曜日(29日を除く) 9:00 ~ 14:00 おおみやコミュニティセンター 電話相談 ☎080-7808-9225	
特設人権相談 面接	16日(木) 9:00 ~ 12:00 神奉地コミュニティセンター図書室 【相談員】 人権擁護委員	人権擁護委員 協議会事務局 ☎52-1111 内線102
こころの相談 面接 事前予約制	こころの不調・悩み 17日(金) 10:00 ~ 15:00 市役所	社会福祉課 ☎52-1111 内線134
	こころの不調・悩み、アル コール依存症、認知症等 31日(金) 問診/13:30 ~ 相談/14:00 ~ 総合保健福祉センター(かがやき) 【相談員】 栗田病院 木滝 真之医師	総合保健福祉センター (かがやき) ☎54-7121
【こころの不調・悩み】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(10:00 ~ 17:00)に行っています。☎0295-72-5881		
子育て・教育相談 面接・電話	子供に関する相談 月~金曜日 8:30 ~ 17:15 総合保健福祉センター(かがやき) 2階	こどもセンター ☎55-8873
	学校生活に伴う問題 月曜日 9:30 ~ 18:00 火~金曜日 9:30 ~ 16:30 教育支援センター(野口1337)	教育支援センター ☎55-2514
消費生活相談 面接・電話	消費者と事業者間のトラ ブルや消費生活に関する 疑問等 月~金曜日 9:00 ~ 12:00、13:00 ~ 16:00 市役所2階(商工観光課内) 【月・水・金は専任相談員】	市消費生活センター ☎52-2185
障がいに関わる相談 面接・電話	障がいをお持ちの方と その家族の相談 月~金曜日 8:30 ~ 17:15 市役所1階	基幹相談支援センター (エール) ☎58-5855

○ひたまる相談窓口

問合せ先や相談先が分からないなどの理由で、悩んでいる方のための案内業務です。
 相談内容をお伺いし、追って担当からご連絡します。☎53-0383 ※相談は電話での対応となります。

けんこうカレンダー【5月】

詳しい内容は、総合保健福祉センター「かがやき」内・健康推進課へお問い合わせください。
 ※自然災害発生時などやむを得ない理由により、延期または中止となる場合があります。

▽子供に関すること

◎対象となるお子さんには個別に通知します。

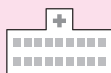
全地域 会場：総合保健福祉センター（かがやき）			
乳児健診(4か月児)	30日(木)	1歳6か月児健診	23日(木)
9か月児離乳食相談	28日(火)	2歳児歯科健診	15日(水)
わくわく子育てクラス(11か月児)	8日(水)	3歳児健診	16日(木)

▽大人に関すること

※受診を希望される方は、事前の申込が必要です。

【子宮頸がん・乳がん検診】			
7日(火)	総合保健福祉センター(かがやき)	23日(木)	美和地域センター別館
17日(金)	総合保健福祉センター(かがやき)	24日(金)	緒川地域センター地下1階

問 総合保健福祉センター(かがやき)健康推進課 ☎54-7121



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◆ 4/14～5/6

* 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)
4/14	志村大宮病院 ☎53-1111	白寄医院 ☎92-2710	今井医院 ☎63-0320
21	岡崎外科医院 ☎52-0547	水沼医院 ☎84-0001	さとう耳鼻咽喉科クリニック ☎64-3341
28	志村大宮病院 ☎53-1111	高野病院 ☎92-2520	もてぎの森「メディカルプラザ」 ☎64-1122
29	緒川クリニック ☎54-3331	南那須青木医院 ☎88-6211	休診日
5/3	大曾根内科小児科 ☎52-0302	阿久津クリニック ☎83-2021	桜井循環器科内科 ☎63-5131
4	エヌ・ティークリニック ☎55-8865	飯塚医院 ☎92-2034	吉永医院 ☎63-2303
5	高村外科医院 ☎57-2031	烏山台病院 ☎82-2739	今井医院 ☎63-0320
6	緒川クリニック ☎54-3331	坂本クリニック ☎92-1166	休診日

○市内の医療機関の診療時間は、9:00～正午です。

(当番医の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。

◆その他救急医療のご相談◆

医療機関案内

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 とちぎ医療情報ネット

子ども救急電話相談

24時間受付

お子さんの急な病気で心配なとき、ご相談ください。

☎ # 8000

または

☎ 050-5445-2856

おとな救急電話相談

24時間受付

急な病気で心配なとき、ご相談ください。

☎ # 7119

または

☎ 050-5445-2856