



# お知らせ版

No.522

2024(令和6年)

7/25

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 ○全国家計構造調査を実施します
- P2 ○専門医から動脈硬化を学ぶ健康セミナーを開催します
- P2 ○日本骨髄バンクへ骨髄・末梢血幹細胞を提供した方に助成金を交付します
- P2 ○高齢者福祉事業「配食サービス」の利用者負担額が変わります
- P3 ○漏水調査を実施します
- P3 ○水道メーターの交換にご協力ください
- P4 ○新型コロナ特例貸付金の返済が免除または猶予になる場合があります
- P4 ○常陸大宮市社会福祉協議会職員採用試験
- P5 ○献血にご協力をお願いします
- P5 ○県が保育の仕事につきたい方をサポートします
- P5 ○お盆期間中のし尿処理施設休業日
- P5 ○いばらき出会いサポートセンター 女性の入会登録料無料キャンペーン
- P5 ○8月は電気使用安全月間です
- P6 ○お盆期間中の国保美和診療所・国保緒川歯科診療所の休診日
- P6 ○平和を願う写真展 高校生の描いた原爆の絵
- P6 ○出張ハローワークひとり親全力サポートキャンペーン
- P10 ○休日・祝日の当番医(7/28~8/25)

## 募 集

- P6 ○「ごぜんやままつり2024」模擬店出店団体募集
- P7 ○『あかちゃんと一緒に「ママ&ベビーヨガ」』参加者募集
- P7 ○健康維持増進のためのゴルフ1日体験 参加者募集
- P7 ○普通救命講習会(Ⅰ) 参加者募集
- P7 ○なでしこ健康講座 参加者募集
- P7 ○結婚支援ボランティアいばらきマリッジサポーター募集
- P8-9 ○公民館定期講座【後期】受講生募集

## イベント

- P9 ○ジャパンワールド映画祭・芸術祭2024 in 常陸大宮
- P9 ○2024秋 宗次郎森の音楽会 in 常陸大宮

## 相 談

- P10 ○悩んでいたなら「こどもの人権110番」

## 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 |

## 8 月の納税

市・県民税【2期】  
国民健康保険税【2期】  
介護保険料【3期】  
後期高齢者医療保険料【2期】

**納期限: 9月2日(月)**

納税・納付は口座振替が便利です  
納付忘れ・納付に行く手間が省けます

## 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!



右記二次元コードからダウンロードできます

ひたまる

Get it on Google play



Download on the App Store



## お知らせ



### 全国家計構造調査を実施します

10月からの調査の前に、8月から知事の任命を受けた調査員が対象世帯を訪問します。名前や世帯人数などをお聞かせしますので、ご協力をお願いします。

**調査員は調査員証を携帯しています。**

全国家計構造調査は、家計における消費、所得、資産や負債の実態を総合的に把握し、世帯の所得分布と消費の水準、構造等を全国的・地域別に明らかにする目的で実施されます。

|      |                                                |
|------|------------------------------------------------|
| 調査期間 | 10月・11月の2か月間                                   |
| 調査対象 | 全国で無作為に選定された約90,000世帯                          |
| 回答方法 | ・インターネット回答(推奨)<br>・調査員に提出<br>・郵送により提出(簡易調査の場合) |



▲詳細

問 総務課 情報・統計G ☎ 52-1111 内線 320



### 専門医から動脈硬化を学ぶ健康セミナーを開催します

動脈硬化は、脳卒中や心臓病など命に関わる疾患の原因となり、大きな障害を残すこともあります。動脈硬化と生活習慣病の関連について、専門医による講演を行いますので、ぜひお越しください。

簡易骨量測定や血管年齢測定のほか、食生活改善推進員による試食コーナーもあります。

○テーマ 延ばそう健康寿命～血管を守る～

|      |                                                              |
|------|--------------------------------------------------------------|
| 日時   | 9月29日(日)<br>相談会:正午～15:30(薬剤師・保健師)<br>講演:13:45～15:00(質疑15分含む) |
| 場所   | 文化センター ロゼホール                                                 |
| 対象   | 市内に在住・在勤・在学の方                                                |
| 講師   | 医療法人エヌ・ティークリニック院長<br>高山 慎吾 医師                                |
| 定員   | 100名(定員に達し次第締切)                                              |
| 参加費  | 無料                                                           |
| 申込期間 | 7月25日(木)～9月20日(金)                                            |
| 申込方法 | ・申込フォーム<br>・健康推進課へ電話                                         |



▲申込フォーム

問 総合保健福祉センター「かがやき」内  
健康推進課 ☎ 54-7121



### 日本骨髄バンクへ骨髄・末梢血幹細胞を提供した方に助成金を交付します

|            |                                                                                                                                                                                                     |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 対象         | 次の要件をすべて満たす方<br>①公益財団法人日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業で骨髄等の提供を完了し、提供を証明する書類をお持ちの方<br>②骨髄等の提供時に市内に住所を有する方<br>③骨髄等の移植提供に関する他の助成を受けていない方<br>④ドナー休暇制度(骨髄等を提供するにあたり検査、入院等に必要な期間を有給の特別休暇として認める制度)を設けている企業、団体等に属していない方 |
| 交付金額       | 骨髄等の提供のための通院または入院の日数×2万円<br>※1回の提供につき上限額14万円。<br>※骨髄等の採取やこれに関連した医療処置で生じた健康被害による通院等は除きます。                                                                                                            |
| 対象となる通院・入院 | ・健康診断のための通院<br>・自己血貯血のための通院<br>・骨髄等の採取のための入院                                                                                                                                                        |
| 申請方法       | 健康推進課窓口                                                                                                                                                                                             |

申請・問 総合保健福祉センター「かがやき」内  
健康推進課 ☎ 54-7121



### 高齢者福祉事業「配食サービス」の利用者負担額が変わります

栄養バランスの取れた食事の提供と、安否確認を行う市配食サービス事業で、利用している方の1食あたりの自己負担額が変更になります。

【変更前】9月30日(月)まで 1食300円



【変更後】10月1日(火)から 1食350円

※利用できる方や利用限度はこれまでと変更はありません。

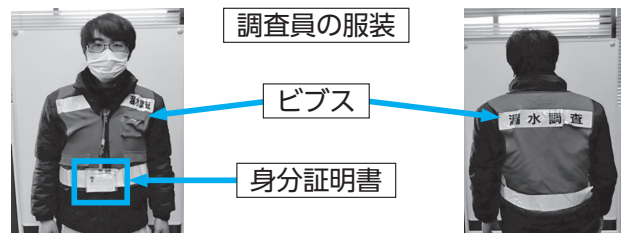
問 長寿福祉課 高齢者支援G ☎ 52-1111 内線 175

## 漏水調査を実施します

市では、貴重な水資源の有効活用のため、調査会社に委託して水道管の漏水調査を行います。  
調査の際に、ご家庭の水道メーターでの漏水音の有無を確認することがありますので、調査にご協力をお願いします。

|      |                                                  |                                                      |
|------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 調査区域 | 鷹巣、上大賀(久慈岡)、辰ノ口、塩原、小倉、富岡、下岩瀬、上岩瀬、根本、宇留野坪、下村田、上村田 | 鷹巣、野中町、田子内町、富岡                                       |
| 調査期間 | 8月1日(木)～11月30日(土)                                | 8月19日(月)～8月30日(金)                                    |
| 調査会社 | 株式会社リクチ漏水調査 ☎03-3954-9225<br>東京都新宿区中落合三丁目21番2号   | 横浜ウォーター株式会社 ☎045-651-6103<br>横浜市中区相生町6-113オーク桜木町ビル9階 |

水道本管の調査は夜間に行うこともあります。  
ご家庭の調査は昼間に行います。  
調査時間は数分程度で、立ち会いは不要です。  
調査に費用はかかりません。  
ご不明な点は、お問い合わせください。



☎ 上下水道部 施設管理課 水道工務G ☎ 52-0427 内線 24

## 水道メーターの交換にご協力ください

水道メーターは計量法に基づき、8年に1度の交換が定められているため、交換対象になった家庭や事業所等の水道メーターを交換します。交換に費用はかかりません。交換作業は市から委託された事業者が行います。なお、交換作業員は市が発行した身分証明書を携帯しています。

交換対象の家庭や事業所等には『水道メーター交換のお知らせ』をハガキで通知、または、検針時に『上下水道使用量のお知らせ』と一緒に投函します。ご確認をお願いします。

|          |                                                                                                                                                                                        |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 交換作業     | 通知に記載してある期間内に交換作業員が伺います。作業前には声をおかけしますが、不在の場合でも水道メーターの交換を行います。作業時に立ち会いをお願いすることはありません。                                                                                                   |
| 作業時間     | おおむね10分程度(メーターの大きさや設置状況による)                                                                                                                                                            |
| 作業当日の注意点 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・作業中は水が使用できなくなります。</li> <li>・メーターボックスの上に物を置かないでください。</li> <li>・メーターボックス内に土や水が入っている場合は清掃をお願いします。</li> <li>・犬はメーターから離れた場所につないでおいてください。</li> </ul> |

作業終了後に、メーター指針・取替え日・新メーター番号等を記入した『水道メーター交換のお知らせ』を投函しますので、ご確認ください。

| 作業対象区域                                                | 作業期間       |
|-------------------------------------------------------|------------|
| 下小瀬、上小瀬、松之草、吉丸                                        | 8/2～10/8   |
| 中富町、若林、下岩瀬、上岩瀬、根本、泉、宇留野、下村田、上村田、石沢、小場、山方              | 8/2～11/11  |
| 栄町、南町、抽ヶ台町、上町、下町、北町、東富町、高渡町、野中町、塩原、小倉、富岡              | 9/2～12/10  |
| 高部、野口、野口平、門井、下伊勢畑、長倉、野田、中居                            | 10/2～12/10 |
| 姥賀町、田子内町、東野、八田、上大賀、岩崎、鷹巣、小祝、辰ノ口、小野、三美、西塩子、北塩子、照田、工業団地 | 10/2～1/8   |

☎ 常陸大宮市水道お客さまセンター ☎ 52-0427

## 新型コロナ特例貸付金の返済が免除または猶予になる場合があります

生活福祉資金特例貸付を受けている方で、現在の生活状況により、「貸付金の返済が難しい方」や「返済を遅らせたい方」が、返済の免除または猶予の対象になる場合があります。

生活状況をお伺いし、手続きをご案内しますので、まずはご相談ください。

| 償還免除(貸付金の返済する必要がなくなること)対象                                                                         | 償還猶予(貸付金の返済開始を遅らせること)対象                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 以下のいずれかにあてはまる方<br>・住民税が非課税である<br>・生活保護を受給した<br>・精神障害者保健福祉手帳(1級)、身体障害者手帳(1級または2級)、療育手帳(またはA)をお持ちの方 | 以下のいずれかにあてはまる方<br>・病気療養中である<br>・失業中である<br>・他の借入金の償還猶予を受けている<br>・その他の事由により償還することが著しく困難である |

### 【常陸大宮市社会福祉協議会で受付できる内容】

特例貸付に関わる相談、償還免除、償還猶予等の手続き(平日に来所出来ない方などはこちらへお問い合わせ。)

※償還免除または償還猶予の審査・決定は、茨城県社会福祉協議会が行います。

問【償還免除または猶予の審査・免除に関する問い合わせ】茨城県社会福祉協議会 ☎ 029-297-6526  
【償還免除または猶予の手続きに関する問い合わせ】常陸大宮市社会福祉協議会 生活支援係 ☎ 58-7337

## 常陸大宮市社会福祉協議会職員採用試験

令和6年度常陸大宮市社会福祉協議会職員採用試験(令和6年10月1日採用予定)を実施します。

|       |                                                                                                                                                               |        |     |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----|
| 申込期間  | 8月1日(木)～8月16日(金) 9:00～17:00(土・日、祝日を除く)                                                                                                                        |        |     |
| 申込方法  | 受験に必要な提出書類などは、「職員採用試験案内」に掲載しています。<br>「職員採用試験案内」は、常陸大宮市社会福祉協議会 総務課総務係で配布します。                                                                                   |        |     |
| 職種    | 事務職員                                                                                                                                                          | 採用予定人数 | 若干名 |
| 職務内容  | 社会福祉協議会の運営に関する業務全般(事業の企画や実施に関する一般事務、福祉相談等)                                                                                                                    |        |     |
| 受験資格  | 次のすべての条件を満たす人<br>・昭和59年4月2日から平成11年4月1日までに生まれ、学校教育法に定める高等学校以上の学校を卒業した人<br>・民間企業や行政機関で5年以上の職務経験がある人<br>・普通自動車運転免許を取得している人(AT限定可)<br>・パソコン操作(簡単な表計算と文字入力作業)ができる人 |        |     |
| 第一次試験 | 9月1日(日) 10:00試験開始(受付9:30～9:45) 作文、適性検査                                                                                                                        |        |     |
| 第二次試験 | 9月下旬 個別面接                                                                                                                                                     |        |     |
| 試験場所  | おおみやコミュニティセンター(常陸大宮市北町400-2)                                                                                                                                  |        |     |

問 常陸大宮市社会福祉協議会 ☎ 53-1125



## 献血にご協力をお願いします

茨城県赤十字血液センターの移動採血車による献血を実施します。

現在、輸血用血液が不足し、輸血医療に支障をきたすおそれがあります。皆様のご協力をお願いします。

|    |                                        |
|----|----------------------------------------|
| 日時 | 8月30日(金)<br>9:30～16:00(12:00～13:15は除く) |
| 場所 | 市役所 北口玄関前                              |

問 茨城県赤十字血液センター ☎ 029-246-5566



## 県が保育の仕事につきたい方をサポートします

### ①求人施設とのマッチング

○対象 保育の仕事をお探しの方(保育士資格をお持ちでない方も含む)

希望の条件に合う求人をご案内し、就業後までサポートします。電話またはLINEでご連絡ください。



▲求人検索



▲LINE

### ②令和6年後期保育士試験対策講座

○対象 令和6年10月の保育士試験を受験し、保育士資格を取得して茨城県内で就業予定の方

【対面講座】 合格率の低い4科目を解説

|      | 期日      | 場所                      |
|------|---------|-------------------------|
| 県南会場 | 9月6日(金) | 県南生涯学習センター(土浦市)         |
| 県央会場 | 9月7日(土) | セキショウ・ウェルビーイング福祉会館(水戸市) |

【WEB講座】 全科目を解説

○配信期間 9月中旬～10月下旬

各講座の申込方法は**いばらき保育人材バンク**ポータルサイトをご確認ください。



▲いばらき保育人材バンク

問 **いばらき保育人材バンク事務局**(いばらき保育サポートセンター)

水戸オフィス(県北・県央エリア担当) ☎ 029-350-5137  
茨城県子ども未来課 ☎ 029-301-3243



## お盆期間中のし尿処理施設休業日

衛生センター(し尿処理施設)休業日

8月13日(火)～15日(木)

※施設休業期間前後は、し尿汲取り依頼が多くなり、混み合うことが予想されますので、早めの申込みをお願いします。

し尿汲取り依頼は許可業者に直接お申込みください。

問 大宮地方環境整備組合 衛生センター ☎ 52-3535



## いばらき出会いサポートセンター 女性の入会登録料無料キャンペーン

いばらき出会いサポートセンターは、県が労働団体と共同で設立した組織で、結婚を希望する方を対象に会員登録料による男女の出会いと結婚を支援しています。

より多くの出会いの機会を創出するため、女性の入会登録料(通常11,000円)無料キャンペーンを実施します。

|    |                     |
|----|---------------------|
| 期間 | 8月1日(木)～10月31日(木)   |
| 対象 | 対象期間中にセンターに入会登録する女性 |

詳細は、いばらき出会いサポートセンターホームページをご確認ください。



▲いばらき出会いサポートセンター

問 **いばらき出会いサポートセンター**

☎ 029-224-8888



## 8月は電気使用安全月間です

8月1日～8月31日の1か月間は「電気使用安全月間」です。電気による事故を未然に防ぐため、使用安全に関する知識と理解を深めましょう。

【感電や火災の防止のため、身近な配線やコンセントを見直しましょう】

- ・タコ足配線はやめましょう。
- ・コードを踏まないようにしましょう。
- ・プラグはこまめにコンセントから抜いて、周辺のホコリを乾いた布などでふきましょう。
- ※ホコリが湿気を含んで突然発火することがあります。
- ・プラグは手をよくふいてから扱しましょう。

問 **一般財団法人関東電気保安協会 茨城事業本部**

☎ 029-226-3225

## お盆期間中の国保美和診療所・ 国保緒川歯科診療所の休診日

休診日 8月13日(火)～8月15日(木)

上記の期間は医師不在のため休診となりますのでご注意ください。

問 国保美和診療所 ☎ 58-2859  
国保緒川歯科診療所 ☎ 56-5118

## 平和を願う写真展 高校生の描いた原爆の絵

戦後の記憶をひきつぎ、平和な未来を願うための写真や絵を市役所に展示します。ぜひご覧ください。

|    |                                      |
|----|--------------------------------------|
| 期間 | 8月5日(月)～8月16日(金) 16:00<br>(土・日・祝日休み) |
| 場所 | 市役所 1 階 エントランスホール                    |
| 内容 | 高校生が描いた原爆の絵 ほか                       |
| 主催 | おおみや平和の会<br>新日本婦人の会常陸大宮支部            |
| 後援 | 常陸大宮市教育委員会                           |

問 おおみや平和の会 相沢 ☎ 57-6582  
新日本婦人の会常陸大宮支部 金子 ☎ 57-6328

## 出張ハローワーク ひとり親全力サポートキャンペーン

児童扶養手当受給中の方が「現況届」を提出する8月の時期に合わせ、常陸大宮市役所内に「ハローワーク臨時相談窓口」を設置し、普段は忙しくてハローワークに出向くことができないひとり親の方の職業相談や職業紹介、求人情報の提供などを行います。

|    |                                                   |
|----|---------------------------------------------------|
| 日時 | 8月15日(木)、29日(木)<br>10:30～16:00<br>※12:00～13:00を除く |
| 場所 | 市役所 2階 会議室                                        |

問 ハローワーク常陸大宮 ☎ 52-3185

## 募 集



## ごぜんやままつり2024 模擬店出店団体募集

ごぜんやままつり運営委員会では、ともにまつりを盛り上げてくれる模擬店の出店者を募集します。

|           |                                                                                                            |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 対象        | テント内での飲食販売事業者、<br>物品販売事業者、PR事業者等                                                                           |
| 出店<br>予定数 | 約25店舗<br>※申込多数の場合は、御前山地域に住<br>所を有する団体・個人・法人、常陸<br>大宮市内に事務所を有する常陸大宮<br>市商工会員、常陸大宮市観光協会員<br>を優先しますのでご了承ください。 |
| 申込方法      | 出店申込書をごぜんやままつり運営委<br>員会事務局へメール、郵送、FAX、直<br>接持参のいずれかで提出                                                     |
| 申込期限      | 8月20日(火) 15:00<br>(土日・祝日は除く)                                                                               |

| ごぜんやままつり2024 |                          |
|--------------|--------------------------|
| 日時           | 11月10日(日) 9:30～15:00     |
| 場所           | 御前山地域センター駐車場<br>(野口3195) |

詳しくはホームページを  
ご確認のうえお申込みください。



▲募集詳細

申込・問 ごぜんやままつり運営委員会事務局  
(地域創生部御前山支所内) ☎ 55-2111  
FAX 55-3165  
✉ gozenyama@city.hitachiomiya.lg.jp

## 志村大宮病院 呼吸器外来

広告

### 対象疾患

- 長引く咳 ● 誤嚥性肺炎
- COPD (慢性閉塞性肺疾患) ● 気管支喘息
- 肺悪性腫瘍 (肺がん化学療法実施)

### 外 来 日

9:00～12:30

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|
| ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — |

### 相談窓口

TEL 0295-53-9910

TEL 0295-53-1111 <https://www.hakujinkai.com>



## 子育て広場講座『あかちゃんと一緒に「ママ＆ベビーヨガ」』参加者募集

市外やオンラインなどでマタニティヨガや産後ヨガなどを行っている仲田恵美先生を講師に迎え、親子で参加できるヨガ講座を開催します。ママ＆ベビーヨガでふれあい、こころと体をリフレッシュしていきましょう。

|      |                                                                                            |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日時   | 9月13日(金) 10:30～11:30                                                                       |
| 場所   | 総合保健福祉センター「かがやき」2階<br>こどもセンター プレイルーム                                                       |
| 対象   | 市内在住の保育所(園)に通っていない<br>首が座った1歳未満のお子さんとその<br>保護者                                             |
| 定員   | 先着8組※要予約                                                                                   |
| 申込方法 | ・申込フォーム⇒  |
| 申込期間 | 8月5日(月) 10:00～<br>定員に達し次第締切                                                                |
| 服装   | 動きやすい服装                                                                                    |
| 持ち物  | バスタオル等お子さんを寝かせられる<br>もの、スポーツタオル、飲み物                                                        |

問 子育て広場 ☎ 53-1401 開設時間 10:00～16:00  
開設時間外はこどもセンターへ ☎ 55-8873



## 健康維持増進のための ゴルフ1日体験 参加者募集

健康維持増進のためのゴルフスクール「JGA WAGスクール」の1日体験を実施します。ゴルフで健康増進、始めてみませんか？

|      |                                                                                                        |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日時   | 9月14日(土) 13:00～16:00                                                                                   |
| 場所   | 静ヒルズカントリークラブ                                                                                           |
| 対象   | 市内在住の45歳以上の方で、<br>ゴルフ未経験者・初心者の方                                                                        |
| 定員   | 12名                                                                                                    |
| 参加費  | 無料                                                                                                     |
| 申込方法 | ・申込フォーム⇒ <br>・下記へ電話 |
| 申込期間 | 8月10日(土) 10:00～<br>定員に達し次第締切                                                                           |
| 主催   | ・静ヒルズカントリークラブ<br>・(公財)日本ゴルフ協会                                                                          |
| 後援   | 常陸大宮市                                                                                                  |

申込・問 静ヒルズカントリークラブ  
☎ 029-296-2111



## 普通救命講習会(Ⅰ) 参加者募集

心肺蘇生法(自動体外式除細動器<AED>の使用法を含む)や異物除去、止血法に関する知識と技術を習得する講習会を実施します。

|      |                     |
|------|---------------------|
| 日時   | 8月24日(土) 9:00～12:00 |
| 場所   | 消防本部3階多目的室          |
| 対象   | 15歳以上の方             |
| 定員   | 15名                 |
| 受講料  | 無料                  |
| 申込方法 | 東消防署救急Gへ電話          |
| 申込期限 | 8月18日(日)            |
| その他  | 講習修了証を発行します。        |

申込・問 東消防署 救急G ☎ 54-0119



## なでしこ健康講座 参加者募集

|    |                                                                                             |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日時 | 8月21日(水) 13:30～14:30                                                                        |
| 場所 | ごぜんやま温泉保養センター四季彩館                                                                           |
| 対象 | どなたでも                                                                                       |
| 講師 | ・「腰痛予防体操」<br>講師：常陸大宮済生会病院<br>理学療法士<br>・「虫刺され、噛まれた時の応急処置<br>(ムカデ、マムシなど)」<br>講師：常陸大宮済生会病院 看護師 |

※申込は不要です。当日直接お越しください。

問 常陸大宮済生会病院 医療福祉相談室  
☎ 52-5151



## 結婚支援ボランティア いばらきマリッジサポーター募集

県では、結婚を希望する独身の方の出会いの相談や仲介等をボランティアで行う、「いばらきマリッジサポーター」を募集します。結婚支援に関心がある方はお気軽にお問い合わせください。

○募集期間 8月1日(木)～9月24日(火)

詳細は、いばらき結婚・子育て  
ポータルサイトをご確認ください。



問 茨城県 少子化対策課 ☎ 029-301-3261

## 令和6年度 公民館定期講座【後期】受講生募集

- 受講対象** 市内に在住または在勤・在学の方で、原則として受講経験3年以内(3回以内)の方。
- 受講料** 無料。講座により材料費がかかります。
- 申込方法** ・中央公民館または各地域センター窓口(中央公民館は、土・日の受付可。月・祝日は不可。)  
・申込フォーム  
※電話受付不可
- 申込期限** 8月23日(金)17:00
- その他** ・各講座定員を超えた場合は、初心者の方を優先に抽選とします。  
・定員に満たないときは、開講しない場合や申込期限を延長する場合があります。  
・市内全地域の複数の講座に申し込みができます。  
・開講等の案内は、申込者全員に後日通知します。  
・広報等に講座の写真を掲載する場合があります。あらかじめご了承ください。
- ※講座の詳細は、中央公民館や各地域センターの窓口にお問い合わせください。



▲申込フォーム

| No. | 講座名                | 講座内容                                                                  | 開催日時                                            | 場所                        | 定員  | 教材費                           |
|-----|--------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------|-----|-------------------------------|
| 1   | 花咲くパステルアート         | 誰でも簡単に描ける豊かな色彩アートです。クリスマスカードや年賀状などのメッセージアートに挑戦します。<br>【講師】渡辺 佐知子      | 10/5、11/2、12/7<br>土曜(3回)<br>10:00～12:00         | 中央公民館<br>会議室1             | 8名  | 材料費<br>1,500円<br>程度<br>(全3回分) |
| 2   | 初めてのスマートフォン        | スマートフォンの便利な機能や活用術を学びます。お友達やお孫さんとのコミュニケーションもバッチリです。<br>【講師】ドコモショップ常陸大宮 | 10/9・16・23・30<br>水曜(4回)<br>9:30～11:30           | 中央公民館<br>会議室1・2           | 10名 | なし                            |
| 3   | リフレッシュ体操           | ストレッチ、有酸素運動により身体を知り、関節や柔軟な動きを可能にし、筋力低下を防ぐ意識を身に付けます。<br>【講師】大畑 千恵子     | 10月～3月<br>第2・4木曜日<br>(11回)<br>9:30～11:30        | 中央公民館<br>大ホール             | 25名 | なし                            |
| 4   | 心と体をスッキリ! 断捨離ストレッチ | 簡単なポーズでゆっくり体と心を整えます。自律神経のバランスが整うので、免疫力アップに繋がります。<br>【講師】井上 雅子         | 10月～3月<br>第2・4木曜日<br>(12回)<br>10:00～11:00       | 緒川地域<br>センター<br>和室        | 15名 | なし                            |
| 5   | 和菓子職人のわざを学ぼう       | 冷めても硬くならないお赤飯の作り方、小豆の煮方、餡子の作り方など、本にはないプロの技法を学びます。<br>【講師】堀江 智人        | 10/23、11/6・20<br>水曜(3回)<br>13:30～16:00          | 美和地域<br>センター<br>別館<br>調理室 | 10名 | 材料費1回<br>1,000円<br>程度         |
| 6   | 初めての蕎麦打ち           | 専用の道具がそろった北斗星「体験棟」で蕎麦打ちの基礎を学びます。楽しみながら上達を目指します。<br>【講師】河野 安代孜         | 10/10・24、11/14・28、12/12<br>木曜(5回)<br>9:30～12:00 | 道の駅みわ「北斗星」                | 12名 | 材料費1回<br>800円<br>程度           |
| 7   | 季節のクラフト            | 毎回、様々なクラフトを作ります。リンゴのモビールや和紙の行灯など、皆さんで大人の工作を楽しみましょう。<br>【講師】矢島 千加      | 10/1、11/19、12/17、1/21<br>火曜(4回)<br>13:30～15:00  | 緒川地域<br>センター<br>小会議室1     | 6名  | 材料費<br>3,300円<br>程度<br>(全4回分) |

| No. | 講座名            | 講座内容                                                                     | 開催日時                                             | 場所                    | 定員  | 教材費                           |
|-----|----------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------|-----|-------------------------------|
| 8   | 呼吸にあわせてゆる〜リヨガ  | 呼吸に合わせて背骨や首、肩まわりなど全身をていねいにほぐします。心と身体の声聞き、ゆる〜り穏やかな時間を過ごしましょう。<br>【講師】磯野 歩 | 10/1・29、<br>11/19、12/17<br>火曜(4回)<br>10:00～11:30 | 緒川地域<br>センター<br>文化ホール | 20名 | なし                            |
| 9   | 木工(DIY)<br>第4章 | 電動工具の使い方等を基礎から学ぶ簡単DIY！<br>制作は「飾り棚」<br>【講師】常陸大宮高校教員                       | 10/19、<br>11/9・16・30<br>土曜(4回)<br>9:00～11:30     | 常陸大宮<br>高等学校          | 8名  | 材料費<br>6,000円<br>程度<br>(全4回分) |

申込・問 中央公民館 ☎ 52-0673 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

イベント



ジャパンワールド  
映画祭・芸術祭2024 in 常陸大宮

世界と地元ならではの多様性を楽しむフェスティバルを開催します。本映画祭・芸術祭は、国際色豊かにして地元の魅力も加味した、あらゆる年代が楽しめる内容です。

映画づくりワークショップで市民が制作した常陸大宮PR動画は2日間ともに上映します。ぜひ遊びに来てください。

|    |                                                                                               |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日時 | 8月17日(土) 10:00～17:00<br>8月18日(日) 10:00～17:30                                                  |
| 場所 | 緒川地域センター                                                                                      |
| 内容 | ・各国で制作された短編映画上映<br>・鷺子のお囃子演奏<br>・花生けバトルパフォーマンス<br>・オカリナ演奏<br>・茨城県北のご当地グルメ<br>・木材協同組合による箸作り など |
| 主催 | いばらきノースバード                                                                                    |
| 後援 | 常陸大宮市教育委員会                                                                                    |

問 いばらきノースバード ☎ 080-8147-2347

**社会福祉法人 常陸大宮済生会病院**

令和6年5月より  
**〜リウマチ・膠原病内科外来を開設しました〜**

お悩みの方は、お気軽にご相談ください。

診療日：毎週水曜日  
受付時間：午後1時から  
午後3時30分まで

※お電話での予約は受け付けておりません。  
受診を希望の方は、直接当院までお越しください。

常陸大宮済生会病院  
住所：茨城県常陸大宮市田子内町3033番3  
電話：0295-52-5151（代表）  
FAX：0295-52-5725  
<https://www.ho-saisei.jp>

広告



2024秋  
宗次郎森の音楽会 in 常陸大宮

常陸大宮大使のオカリナ奏者宗次郎さんによる音楽会「2024 秋 宗次郎森の音楽会 in 常陸大宮」をオカリナの森(おがわふれあいの森内)野外音楽堂で開催します。

豊かな自然の中で癒やしのひとときを過ごすことができますので、ぜひご来場ください。

| チケットの販売                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 販売日時・場所(電話受付不可)<br>9月3日(火) 9:00～12:00 緒川地域センター<br>9月4日(水)以降(平日) 8:30～17:15<br>市役所定住推進課 |
| 販売枚数 180枚(お一人様4枚まで)                                                                    |
| 販売金額 2,000円【全席指定】                                                                      |

※購入後のチケットの返金、交換、キャンセルはできません。

※未就学児の入場はご遠慮願います。

開催日

- 日時 10月5日(土)  
開場 13:00  
開演 14:00  
(15:00 終了予定)
- 場所 オカリナの森  
(おがわふれあいの森内)  
野外音楽堂
- ※悪天候の場合は緒川地域センターに変更



問 定住推進課 定住推進 G ☎ 55-8065

相 談

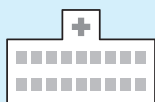
## 悩んでいたら「こどもの人権110番」

法務省と全国人権擁護委員連合会は、「いじめ」や児童虐待など子どもをめぐる様々な人権問題の解決を図るための人権相談活動を強化することを目的として、全国一斉『こどもの人権相談』強化週間を実施し、悩みを持ったお子さんや保護者の方からの相談に応じます。

秘密は守られますので、安心してご相談ください。

|       |                                         |
|-------|-----------------------------------------|
| 期 間   | 8月21日(水)～27日(火)                         |
| 時 間   | 8:30～19:00 ※土・日は10:00～17:00             |
| 相 談 員 | 法務局職員・人権擁護委員                            |
| その他   | 上記期間以外にも、平日の8:30～17:15まで下記へ相談することができます。 |

問 水戸地方法務局・茨城県人権擁護委員連合会 ☎ 0120-007-110



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◆ 7/28～8/25

\* 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)            |
|------|----------------------|-------------------|--------------------------|
| 7/28 | 志村大宮病院 ☎53-1111      | 近藤クリニック ☎83-2250  | もてぎの森「メディカルプラザ」 ☎64-1122 |
| 8/4  | 高村外科医院 ☎57-2031      | 阿久津クリニック ☎83-2021 | 桜井循環器科内科 ☎63-5131        |
| 11   | 志村大宮病院 ☎53-1111      | 坂本クリニック ☎92-1166  | 吉永医院 ☎63-2303            |
| 12   | エヌ・ティークリニック ☎55-8865 | 烏山台病院 ☎82-2739    | 休診日                      |
| 18   | 岡崎外科医院 ☎52-0547      | 佐野医院 ☎84-1616     | 今井医院 ☎63-0320            |
| 25   | 志村大宮病院 ☎53-1111      | 上野医院 ☎96-5151     | さとう耳鼻咽喉科クリニック ☎64-3341   |

○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。

### ◆その他救急医療のご相談◆

| 医療機関案内                                                                              |  | 子ども救急電話相談                          | おとな救急電話相談                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------|------------------------------------|
| 次のサイトから最新の情報をご覧いただけます。                                                              |  | 24 時間受付                            | 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。           | 急な病気で心配なとき、ご相談ください。                |
|  |  | ☎ # 8000<br>または<br>☎ 050-5445-2856 | ☎ # 7119<br>または<br>☎ 050-5445-2856 |
| 茨城県救急医療情報システム とちぎ医療情報ネット                                                            |  |                                    |                                    |