



お知らせ版

No.525

2024(令和6年)

9/10

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 ○各種予防接種費用の一部を助成します
- P3 ○犬猫の避妊去勢手術の費用の一部を助成します
- P3 ○10月2日に市外の戸籍証明書の発行を一時停止します
- P3 ○民生委員・児童委員が新たに決まりました
- P3 ○森林の土地を取得したときは届出が必要です
- P3 ○JR水郡線屋間集中工事に伴い一部列車が運休します
- P4 ○9月は「茨城県認知症を知る月間」です
- P5 ○緊急時用の土のうステーションを設置しました
- P5 ○事故防止のため消防職員がサングラスを着用します
- P5 ○消防職員が住宅調査に伺います
- P5 ○クリーン作戦にご協力ください
- P5 ○金婚・ダイヤモンド婚に該当するご夫婦をお祝いします!
- P6 ○「西塩子の回り舞台」シンポジウムを開催します
- P6 ○「子育てサロン」を開催します
- P14 ○図書情報館からのお知らせ
- P16 ○休日・祝日の当番医(9/15~9/29)

募集

- P6 ○「親子エアロビクス」参加者募集
- P7 ○【国保加入者対象】ライザップ運動教室参加者募集
- P7 ○修学資金貸与制度で医学生を支援します
- P8 ○地域クラブ活動指導者を募集します
- P8 ○スマホ操作講座受講生募集
- P9 ○【ひたまる25】ノルディックウォーキング定期練習会参加者募集
- P9 ○第3回山方地域スポーツ大会参加者募集
- P10-11 ○常陸大宮市文化祭 美術展・作品展の作品募集
- P11 ○常陸大宮市文化祭 第20回囲碁大会出場者募集
- P11 ○ひとり親家庭親子のつどい参加者募集
- P12 ○文学散歩事業の参加者募集
- P12 ○農村地域を活性化するビジネスに挑戦したい方を募集します!

イベント

- P12 ○秋の文化財・歴史資料の曝涼・公開2024プレイベント
- P13 ○「常陸大宮の集中曝涼」を開催します!
- P14 ○茨城がんフォーラム2024~がんと共に生きる~

相談

- P15 ○各種無料相談【10月】
- P16 ○日曜結婚相談会

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

10月27日(日)
11月24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

各種予防接種費用の一部を助成します

インフルエンザ予防接種

市では、高齢者や小児等を対象に、インフルエンザ予防接種費用の一部を助成します。

対象	接種回数	助成金額	「予診票兼受診券」の交付方法	接種協力医療機関
1歳以上～13歳未満の方	2回	1回につき2,000円	9月末に個人宛に郵送	那珂医師会、水戸市医師会、常陸太田市医師会、ひたちなか市医師会に所属する医療機関
13歳以上～中学3年生に相当する年齢の方	1回	2,000円		
65歳以上の方	1回	2,300円	9月末に個人宛に郵送	茨城県医師会、南那須医師会、芳賀郡市医師会に所属する医療機関
60歳以上65歳未満で身体障害者手帳1・2級、内部障害3級をお持ちの方	1回	2,300円	健康推進課または各支所へ申請のうえ交付(身体障害者手帳を持参してください。)	

助成期間	10月1日(火)～令和7年1月31日(金)
予防接種の受け方	9月末に郵送される、「お知らせ」「注意事項」を確認し、予防接種を受けてください。 ※小児の予防接種は保護者の付き添いが必要です。保護者が同伴できず、健康状態を知っている親族等が代わりに同伴する場合は「委任状」が必要です。
当日の持ち物	「インフルエンザ予診票兼受診券」、「親子(母子)健康手帳(小児のみ)」
その他	転入した方など、通知が届かない方で接種を希望する場合は、健康推進課までお問い合わせください。

・助成期間内に1歳または65歳になる方には、順次通知します。

新型コロナウイルス感染症予防接種

市では対象者に新型コロナウイルス感染症予防接種費用の一部を助成します。

助成期間	10月1日(火)～令和7年3月31日(月)
対象	・65歳以上の方 ※対象者には9月末に「予診票兼受診券」を郵送します。 ・60～64歳までの心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害がある方、またはヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫の機能に障害がある方(身体障害者手帳1・2級、内部障害3級をお持ちの方) ※事前に申請が必要となります。健康推進課または各支所へ身体障害者手帳等を持参して申請してください。
ワクチンの種類	オミクロンJN.1系統の株に対応した1価ワクチン
接種回数	期間内に1人1回
助成金額	11,800円(内訳:国8,300円 市3,500円)
接種協力医療機関	茨城県内の医療機関、南那須医師会、芳賀郡市医師会に所属する医療機関 ※ワクチン接種を実施していない医療機関もあります。

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症予防接種共通事項

- ・対象者のなかで生活保護を受給されている方は、全額助成になります。接種する前に健康推進課または各支所に「生活保護受給証」を持参し、「個人負担免除券」の交付を受けてください。
- ・個人負担金は、医療機関の接種料金から助成金額を差し引いた額です。

問 総合保健福祉センター「かがやき」内健康推進課 ☎54-7121



犬猫の避妊去勢手術の費用の一部を助成します

公益財団法人茨城県獣医師会で、犬猫の避妊去勢手術助成事業を実施します。

助成対象	茨城県内在住の方で、令和6年9月1日以降に、茨城県獣医師会の動物病院で避妊・去勢の手術を受けた犬・猫の飼い主の方 ※犬の応募には、登録番号と注射済票番号の記載が必須となります。
助成金額	1頭につき一律2,000円
助成頭数	先着1,000頭(犬・猫、雌・雄の区別なし) ※応募頭数が1,000頭になり次第締切。
申込方法	茨城県獣医師会の動物病院に設置している応募ハガキで申し込んでください。 ※助成希望者は、手術を行う動物病院にお問い合わせください。

問 公益財団法人茨城県獣医師会 ☎029-241-6242



10月2日に市外の戸籍証明書の発行を一時停止します

戸籍機器メンテナンス作業のため、10月2日の下記時間帯は市外の戸籍証明書の発行(広域交付)ができません。

急ぎで常陸大宮市外の戸籍証明書が必要な方は、他自治体に請求をお願いします。

なお、常陸大宮市に本籍がある方の証明書は通常通り発行可能です。

停止期間	10月2日(水) 13:00 ~ 17:15
------	------------------------

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

問 市民課 市民G ☎52-1111 内線102・103



民生委員・児童委員が新たに決まりました

下記の地区で、民生委員・児童委員が新たに委嘱されました。

氏名	担当地区
石川 孝一	西野内区全域
鈴木 紀子	秋田区全域

○任期 9月1日~令和7年11月30日

問 社会福祉課 社会福祉G ☎52-1111 内線134



森林の土地を取得したときは届出が必要です

個人・法人にかかわらず、売買契約のほか、相続、贈与、法人の合併などにより森林の土地を新たに取得した場合に、「森林の土地の所有者届出書」の提出が必要です。面積の基準はありません。

※国土利用計画法に基づく土地売買契約の届出を提出した場合は、森林の土地の所有者届出は不要です。

届出が必要な森林	地域森林計画対象民有林(5条森林)
届出の期間	・所有者となった日から90日以内 なお、相続による財産分割がされていない場合でも、被相続人の死亡の日から90日以内に、法定相続人の共有物として届出をする必要があります。
提出先	農林振興課農林整備G(市役所2階)

問 農林振興課 農林整備G ☎52-1111 内線205



J R 水郡線昼間集中工事に伴い一部列車が運休します

JR水郡線の常陸大宮駅~磐城石川駅間で、線路設備の強化促進等のため、昼間集中工事を実施します。工事実施に伴い、一部列車が区間運休となりますのでご注意ください。

工事実施日	工事時間
10月8日(火)・9日(水)・10日(木)	9:50 ~ 14:00
11月26日(火)・27日(水)・28日(木)	

○運休区間 常陸大宮駅~磐城石川駅

○区間運休となる列車

下り列車	水戸駅9:23発 郡山駅12:33着
上り列車	郡山駅9:17発 水戸駅12:41着

※区間運休に伴うバス等による代行運転は行いません。詳しくは、JR時刻表またはJR東日本ホームページをご覧ください。

問 東日本旅客鉄道株式会社 水戸支社

☎029-227-5884

認知症への理解を深めよう！

9月は「茨城県認知症を知る月間」です

認知症は、脳の病気や障がいなど、さまざまな原因により物忘れや判断力などの認知機能が低下し、日常生活や社会生活に支障をきたす病気です。

茨城県では、9月の「世界アルツハイマー月間」とあわせ、9月を認知症を知る月間として、認知症の早期発見や認知症予防の取り組みを推進しており、市でも認知症に対する取り組みを行っています。

認知症による物忘れの例

- ・食べたこと自体を忘れる
- ・物忘れの自覚はない
- ・誰かが取ったなど、探し物を他人のせいにすることがある など



市で行っている認知症に対する取組

認知症予防カフェ・オレンジカフェ	認知症初期集中支援チーム
毎月、認知症を予防するために簡単な体操や脳トレなどを楽しんでいます。 ○毎月第4土曜日 10:00～11:00 サポートセンター大宮内カフェテリアエルマウ 要予約 ☎58-8020 ○毎月第1火曜日 13:30～15:00 神奉地コミュニティセンター ☎57-3326 ○毎月第2火曜日 10:00～12:00 美和地域センター多目的室 ☎57-3326 ○毎月第3月曜日 13:30～15:00 御前山地域センター多目的室 ☎57-3326	医師、看護師、社会福祉士、作業療法士などの専門職が認知症の方や認知症の疑いのある方の家庭を訪問し、本人や家族の状況に合わせた今後の対応と一緒に考えます。 【支援の対象となる方】 ・認知症が疑われるが、診断を受けていない方 ・継続的な医療サービスを受けていない方 ・適切な介護保険サービスに結び付いていない方 ・診断されたが介護保険サービスの利用が中断している方 ・医療や介護保険サービスを受けるも、認知症の行動・心理症状が顕著で対応に悩んでいる方
家族のつどいカフェ	おかえりマーク登録事業
認知症の方を介護している家族の方が情報交換や意見交換等を行っています。 ○偶数月第4土曜日 14:00～15:00 サポートセンター大宮内カフェテリアエルマウ 要予約 ☎53-6810	「おかえりマーク」は、在宅にいる認知症等の方が徘徊行動で行方不明となった場合の早期発見、身元確認を容易にするためのシールで、登録番号の入った2種類を交付します。

認知症に関する本の展示

認知症を知る月間にあわせ、図書情報館エントランスで認知症に関する本を展示しています。この機会に、認知症への理解を深めてみませんか。

認知症は、早めに気づいて適切な治療・対応をすれば、その後の進行を遅らせることができます。「年のせい」と受診をためらわず、不安なことがあれば早めにご相談ください。専門医にかかることに抵抗がある場合は、まずはかかりつけ医へ相談してみましょう。

市内の専門医	志村大宮病院 認知症疾患医療センター ☎58-8020 常陸大宮済生会病院 もの忘れ外来 ☎52-5151
認知症相談窓口	地域包括支援センターには、認知症に関する研修を受けた「認知症地域支援推進員」がいます。お気軽にご相談ください。

問 長寿福祉課高齢者支援G ☎52-1111 内線 173・174
 南部地域包括支援センター（大宮） ☎53-6810
 北部地域包括支援センター（山方・美和・緒川・御前山） ☎57-3326



緊急時用の土のうステーションを設置しました

突発豪雨などによる住家の浸水被害軽減のため、緊急用の土のうステーションを設置しました。

日頃からの自宅の浸水対策は事前に各自で行い、不測の事態など緊急を要する際に活用してください。

設置場所	市役所・各地域センターの5か所
注意事項	<p>①住居の浸水被害の軽減を目的としているため、目的以外の利用はご遠慮ください。</p> <p>②多くの方が利用できるように持ち出しは必要最低限でお願いします。</p> <p>③利用した土のうは返却せず、各自で適切に処分をお願いします。</p> <p>④土のうを利用したとき、土のうがないときは危機管理課が各地域センターへ連絡をお願いします。</p> <p>⑤土のうを取り出した後は必ずふたを閉めて、カバーをかけてください。</p>

問 危機管理課 危機管理G ☎52-1111 内線384



事故防止のため消防職員がサングラスを着用します

日差しが強い状況での災害出動時などに、道路の状況や信号機、標識が直射日光によって見えづらくなり、安全運転に支障が出ることがあります。その対策として、消防職員がサングラスを着用することがありますので、ご理解をお願いします。

問 消防本部警防課 警防G ☎54-0119



消防職員が住宅調査に伺います

119番通報時の通報場所の特定や、迅速に出動を行うため、消防職員が新築住宅を建てられた方や引っ越しをされた方のご家庭を回り、住所や住んでいる方が違ってないか等を確認する、住宅調査を行っています。

調査時は、身分証を携帯した消防職員が、消防車両で実施しています。調査へのご協力をお願いします。

問 消防本部警防課 警防G ☎54-0119



クリーン作戦にご協力ください

きれいで住みよい、ごみの無いまちづくりのために、市内全域で清掃活動を行います。

各地域での清掃活動に、ご協力をお願いします。

日時	10月20日(日) 8:00 ~ 10:00 地区によって、開始時間が異なる場合があります。 雨天の場合：10月27日(日)に順延 当日、6:30に防災無線で態度決定の放送をします。
実施方法	環境保全推進委員(副区長)を中心に、道路などに捨てられているごみ等を収集し、燃えるごみ、燃えないごみ(ビン類・カン類等)に分け、各地域の定められた場所に置いてください。

問 生活環境課 ☎52-1111 内線113
山方支所 ☎57-2111 美和支所 ☎58-2111
緒川支所 ☎56-2111 御前山支所 ☎55-2111



金婚・ダイヤモンド婚に該当するご夫婦をお祝いします！

社会福祉協議会では、結婚50年・60年・70年を迎えるご夫婦にお祝いとして記念品(記念写真1枚)を贈呈します。

○対象

金婚(結婚50年を迎えるご夫婦)
昭和49年1月1日から同年12月31日の間に結婚されたご夫婦
ダイヤモンド婚 (結婚60年・70年を迎えるご夫婦)
・昭和39年1月1日から同年12月31日の間に結婚されたご夫婦 ・昭和29年1月1日から同年12月31日の間に結婚されたご夫婦

祝い品	記念写真1枚 記念写真の撮影は市内写真店のほか、ご自宅での出張撮影も可能です。
申込方法	希望されるご夫婦は、社会福祉協議会へお申し出ください。
申込期限	10月18日(金)

問 常陸大宮市社会福祉協議会 本所 ☎53-1125
山方支所 ☎57-6826 美和支所 ☎58-3311
緒川支所 ☎56-2857 御前山支所 ☎55-2733



「西塩子の回り舞台」シンポジウムを開催します

日本最古の組み立て式農村歌舞伎舞台として知られる「西塩子の回り舞台」の次回公演に向け、シンポジウムを開催します。西塩子の回り舞台の魅力を語り合い、伝統文化の継承について考えてみませんか。

日時	9月28日(土) 13:30 ~ 16:00 (13:00開場)
場所	常陸大宮市文化センターロゼホール 小ホール
内容	・常陸大宮市立大宮北小学校・こども歌舞伎 [映像出演] ・「西塩子の回り舞台：これまで、これから」西野由希子(茨城大学教授) ・「西塩子の回り舞台と私」保存会、市民、ボランティア経験者 ほか ・参加者による意見交換
参加費等	無料
申込方法	申込フォーム 
主催	NPO法人トモニトウ
共催	茨城大学人文社会科学部市民共創教育研究センター
協力	西塩子の回り舞台保存会 常陸大宮市立大宮北小学校
後援	常陸大宮市教育委員会 茨城県教育委員会

問 NPO法人トモニトウ(担当 西野)
✉ yukiko.nishino.xiye@vc.ibaraki.ac.jp



令和6年度「子育てサロン」を開催します

子育ての悩みなど、一緒に考えてみませんか？どなたでもお気軽にご参加ください。

日時	第3回 9月20日(金) 第4回 11月12日(火) 第5回 令和7年1月16日(木) 第6回 令和7年3月14日(金) 各回10:00 ~ 11:30
場所	図書情報館2階研修室、視聴覚室

詳細は市ホームページをご確認ください。



▲詳細

問 生涯学習課 生涯学習G
☎55-8078 FAX53-6502
✉ syougaiakusyu@city.hitachiomiya.lg.jp
子育て支援ネットワーク『ねすと』代表 平島 則子
☎080-5747-7487
✉ irotoridori.hitachiomiya@au.com

募 集



子育て広場講座「親子エアロビクス」参加者募集

エアロビクスのインストラクターをしている杉山章子先生を講師に迎え、親子エアロビクスを行います。親子で一緒に体を動かし、こころも体もリフレッシュしませんか。ぜひ、お気軽にご参加ください。

日時	10月16日(水) 10:30 ~ 11:15
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	市内在住の保育所(園)に通っていない 首が座った1歳未満のお子さんとその保護者
定員	先着8組※要予約
申込方法	申込フォーム 
申込期間	9月20日(金) 10:00 ~ 定員に達し次第締切
持ち物	バスタオルなどお子さんを寝かせられるもの、飲み物
服装	動きやすい服装

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



**【国保加入者対象】
ライザップ運動教室参加者募集**

ライザップの運動指導講師による運動教室を実施します。運動が初めての方も、すでに日頃から体を動かしている方も、運動のコツを学び、習慣化しませんか？

日時	11月7日(木) スタートアップ編 11月17日(日) 筋力低下予防編 11月22日(金) スタートアップ編 11月28日(木) 筋力低下予防編 各回13:30～15:00 ※7日と22日は運動が初めての方向けの内容です。 ※スタートアップ編と筋力低下予防編はいずれも2回ずつ同じ内容で実施します。
場所	常陸大宮市西部総合公園体育館 トレーニングルーム(2階)
対象	常陸大宮市国民健康保険に加入している18歳以上の方
定員	各回30名(応募者多数の場合は抽選) ※一人最大2回まで参加できます。
参加費	無料
申込方法	申込フォームまたは健康推進課へ電話 ※申込時ご希望の日を第2希望まで選んでお申し込みください。
申込期間	9月10日(火)～10月4日(金)

申込された方には、後日参加決定(不決定)通知を送付します。
詳しくは市ホームページをご確認ください。



▲教室詳細



▲申込フォーム

申込・問 総合保健福祉センター「かがやき」内
健康推進課 ☎54-7121



**修学資金貸与制度で
医学生を支援します**

市では、将来市内の公的医療機関に勤務する意思のある医学生を対象とした、「常陸大宮市地域医療を担う人材確保修学資金貸与制度」の利用者を募集しています。

○応募資格 次のいずれにも該当する方

- ①令和7年度に大学の医学部に在学している方
(入学試験を受け、合格した場合を含む)
- ②将来、常勤医師として市内の公的医療機関に勤務する意思がある方
- ③他の修学資金、その他これに準ずる資金の貸与を受けていない方または受ける見込みのない方
※これから医学課程を受験する方(医学課程合格後入学手続きを行うこと)も対象となります。

募集期限	10月31日(木) ※郵送の場合は、最終日の17:15到着分までとします。
募集人員	若干名
選考方法	書類審査と面接(11月中旬予定) ※面接の日程と場所は、募集期間終了後に本人へ通知します。
貸与金額	・月額30万円 ・入学金相当額 上限200万円 (入学年度1回限り)
貸与期間	令和7年4月から大学を卒業する月まで

○返還債務の免除

大学卒業後2年以内に医師免許を取得し、臨床研修または市長が別に定める医療機関での専門研修終了後、直ちに常陸大宮市内の公的医療機関に常勤医師として勤務し、勤務期間が修学資金の貸与期間に達したとき(全部免除)

詳細は、募集要項をご確認ください。
募集要項と申請書等は、市ホームページからダウンロードできます。



▲募集要項

申込・問 医療保険課 医療・年金G
☎52-1111 内線162



地域クラブ活動指導者を募集します

中学校の休日の部活動を地域クラブ活動へと移行するにあたり、指導者を募集します。

○対象

本事業の趣旨を理解し、次の条件をおおむね満たす方

- ①学校教育に理解があり、専門的な知識・技能を持ち、生徒を適切に指導できる方
- ②学校部活動の運営方針に則った指導ができる方
- ③部活動の指導経験がある方、または地域でスポーツや文化的活動の指導経験がある方
- ④単独で指導できる方
- ⑤18歳以上の方

募集活動・種目	生徒の多様なニーズに対応するため、現在行われている部活動のほか、「文化・スポーツ」すべての活動・種目
従事時間	原則、週休日(土日)の3時間程度 ※当面は2回/月を予定(令和7年春) (地域クラブ活動指導者の登録状況等により、段階的に休日の部活動を地域に移行します。)
活動内容	①練習日程や練習メニューの計画 ②技術的な指導や練習方法の助言 ③活動における会員の心身の健康管理 ④事故発生時における現場での初期対応 ⑤学校との連携 など
申込方法	申込フォーム 
申込期限	10月25日(金)

部活動地域移行の進め方

- ①地域クラブ活動指導者として、どのような種目に協力してもらえるか、地域クラブ活動指導者の登録状況等を把握しながら、活動・種目を選定します。
- ②生徒がどのような種目に参加したいのか希望を把握します。
- ③地域クラブ活動指導者と活動・種目のマッチングを行い、休日の部活動を段階的に移行します。

地域クラブ活動指導者は、面接等を行い決定します。詳しくは文化スポーツ課へお問い合わせください。

問 文化スポーツ課 スポーツ振興G ☎52-1111 内線342  bunsupo@city.hitachiomiya.lg.jp



スマホ操作講座受講生募集

スマートフォンの活用術を学びたい方向けに、無料の「スマホ講座」を開催します。

○時間 各日9:50 ~ 12:00

期日	場所
11月18日(月)	おおみやコミュニティセンター 1階 研修室2(北町400-2)
11月19日(火)	神奉地コミュニティセンター 図書室(山方530)
11月20日(水)	美和地域センター 1階 会議室(高部5281-1)
11月21日(木)	緒川地域センター 1階 小会議室2(上小瀬1259)
11月22日(金)	御前山地域センター 1階 多目的室1(野口3195)

対象	市内に在住または在勤・在学の方。スマホをお持ちでない方も参加できません。
内容	・新しくアプリをインストールしてみよう(ひたまるアプリ・のるーと常陸大宮) ・マイナンバーカードを健康保険証として利用しよう ・公金受取口座の登録をしよう
講師	NTTドコモショップスタッフ
定員	各会場先着10名
受講料	無料
申込方法	・申込フォーム  ・総務課情報・統計G 窓口(市役所3階)  ▲申込フォーム
申込期限	各開催日の前日まで

※講座修了後も、スマホ機器等の各種相談がある場合は講師のサポートを受けることができます。

問 総務課 情報・統計G ☎52-1111 内線320



【ひたまる25】ノルディックウォーキング 定期練習会 参加者募集

ノルディックウォーキングは通常のウォーキングに比べて、約20パーセントの運動効果がアップすると言われています。当クラブの日本ノルディックウォーキング振興会公認指導士がていねいに指導します。

数量限定ですが、貸し出し用ポールもありますので、お気軽にご参加ください。

期日・ 集合場所	9月28日(土)※ しかぜみなど (ひたちなか市牛久保1-10-18) 10月5日(土) 宇留野公園 10月19日(土) 宇留野公園 11月2日(土) 緒川運動公園 11月23日(土)※ 西部総合公園人工芝グレンデ駐車場 12月7日(土) 道の駅 常陸大宮～かわプラザ～ 12月21日(土) 道の駅 常陸大宮～かわプラザ～ 1月18日(土) 市役所駐車場 2月1日(土) 市役所駐車場 2月15日(土) 市役所駐車場 3月1日(土) 大宮運動公園 3月15日(土) 大宮運動公園 ※9月28日、11月23日は合同ノルディックウォーキング
時間	9:00～ 90分～120分程度(コースによって所要時間が異なります。) ※9/28、11/23は9:15集合
参加費	200円(保険代含む)会員は無料
申込方法	開始時間10分前までに直接現地に集合してください。
その他	ウォーキングに適した衣服、シューズ、ノルディックポール(持っている方)で参加してください。 ※雨天中止 雨天時はひたまる25事務局まで問い合わせください。

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
✉ hitamaru25@ab.wakwak.com



第3回山方地域スポーツ大会 参加者募集

スポーツを通じて、健康で明るく活力のある地域社会づくりのため、誰でも簡単に楽しめるニュースポーツ等の種目を中心にスポーツ大会を開催します。豪華賞品も用意しています。ご家族・友人知人と一緒にお気軽にご参加ください。

日時	10月13日(日)集合8:30 競技9:00～12:00
場所	山方中学校グラウンド・体育館
種目	グラウンドゴルフ・ニュースポーツ(スピードラダーゲッター、シャフルボード、カンタン・ポッチャ等)
対象	山方地域に在住または在勤の方 ※未就学児の方は、保護者と一緒に参加してください。
参加費	無料
申込方法	山方支所窓口またはFAX 必要事項：種目・氏名・年齢・性別・連絡先
申込期限	9月27日(金)
持ち物	ニュースポーツ参加者：体育館シューズ グラウンドゴルフ参加者：クラブとボール
その他	ニュースポーツは、市スポーツ推進委員の指導の後、競技を行います。
主催	山方体育協会 会長 中嶋正夫

申込 山方支所 ☎57-2111 FAX57-3992
問 山方体育協会 中島勤 ☎090-8847-9363

常陸大宮市文化祭 美術展・作品展の作品募集

市では、毎年秋に各地域で美術展・作品展を開催しています。日頃の創作活動の発表の場として、また鑑賞することによって市民の文化芸術への関心を高めることを目的に、作品を募集します。ぜひ、ご応募ください。

第18回大宮地域美術展・華道展	
日時	11月15日(金)～17日(日) 9:00～16:30(17日は15:00まで)
場所	市文化センター
対象	大宮地域に在住または在勤・在学の方
作品の種類	絵画・水墨画・書道・写真・陶芸・手芸・工芸・園芸・生け花・短歌・俳句 等 ※出品数は1種類につき1人1点とします。 ※その他の作品は、お問い合わせください。
規格	絵画：額を含め横幅100cm以内 水墨画：縦のP30号以内 書道：表装・仮表装(掛軸)・額装とし大きさは半切以内 写真：四つ切から半切まで(額付きまたはパネル) 俳句・短歌：色紙または短冊とする 手芸：詳細はお問い合わせください。 ※規格に合わない作品は展示しません。
申込先	中央公民館(月・祝日を除く)
申込期限	10月26日(土)
作品搬入	11月14日(木)14:00～17:00
搬入先	市文化センター北側エントランス受付
申込・問	中央公民館 ☎52-0673

美和地域作品展	
日時	11月1日(金)・2日(土) 9:00～16:30(2日は15:00まで)
場所	美和地域センター別館 大ホール
対象	市内に在住または在勤・在学の方
作品の種類	絵画・書道・写真・手芸・工芸・生け花・短歌・俳句 等
申込先	美和支所(土・日・祝日を除く)
申込期限	10月11日(金)
作品搬入	10月30日(水)・31日(木) 9:00～16:00
搬入先	美和地域センター別館
申込・問	美和支所 ☎58-2111

山方地域作品展	
日時	10月26日(土)・27日(日) 9:00～15:00
場所	神奉地コミュニティセンター
対象	市内に在住または在勤・在学の方
作品の種類	絵画・書道・写真・陶芸・手芸・工芸 生け花・短歌・俳句 等 ※27日の発表会参加申込も受付中。 詳細はお問い合わせください。
規格	書道：表装・仮表装(掛軸)・額装したもの 写真：四つ切以上(額付きまたはパネル) 俳句・短歌：色紙または短冊とする ※その他の作品は、お問い合わせください。
申込先	山方支所(土・日・祝日を除く)
申込期限	9月20日(金)
作品搬入	10月25日(金)13:00～16:00
搬入先	神奉地コミュニティセンター
申込・問	山方支所 ☎57-2111

緒川地域作品展	
日時	10月26日(土)・27日(日) 9:00～16:00(27日は15:00まで)
場所	緒川地域センター
対象	緒川地域に在住または在勤・在学の方
作品の種類	絵画・書道・写真・陶芸・手芸・工芸・園芸・生け花・短歌・俳句 等
規格	絵画・書道：大きさは自由、額付または表装したもの 写真：四つ切以上(額付きまたはパネル) 陶芸：規格自由で運搬が容易なもの 俳句・短歌：色紙または短冊とする
申込先	緒川支所(土・日・祝日を除く)
申込期限	9月27日(金)
作品搬入	10月23日(水)・24日(木) 9:00～16:00
搬入先	緒川地域センター文化ホール
申込・問	緒川支所 ☎56-2111

出展者は会場の準備・撤去作業(机・パネル等の運搬・設置・撤去)にご協力をお願いします。
搬出は各作品展最終日となります。
詳しくは申込受付時にお伝えします

御前山地域作品展	
日時	11月9日(土) 10:00 ~ 14:30 10日(日) 9:00 ~ 14:30
場所	御前山地域センター別館
申込資格	御前山地域に在住または在勤・在学の方
作品の種類	絵画・書道・写真・陶芸・工芸・生け花 編み物・絵手紙 等
申込先	御前山支所(土・日・祝日を除く)
申込期限	10月18日(金)
作品搬入	11月7日(木)・8日(金) 13:30 ~ 16:00 (会場準備終了後)
搬入先	御前山地域センター別館
申込・問 御前山支所 ☎55-2111	

作品展申込方法
市ホームページからダウンロード、または各作品展の申込先に置いてある申込書に、必要事項を記入のうえ、窓口に直接お申し込みください。
 <p>▲作品展募集詳細</p> 

令和6年度常陸大宮市文化祭 第20回囲碁大会出場者募集

日時	10月20日(日) 受付9:00 開会9:20
場所	中央公民館 会議室 2
対象	市内在住または在勤・在学の方
参加費	1,000円 ※当日徴収・昼食賞品代を含む
対局	5 回戦(対局・順位の決定は大宮愛碁会方式による)
表彰	3 位まで賞状と賞品を授与
申込方法	申込書を中央公民館へ直接提出 ※申込書は市ホームページからダウンロード、または中央公民館窓口に置いています。
申込期限	10月5日(土) 17:00
主催	常陸大宮市文化協会
共催	常陸大宮市教育委員会



申込・問 中央公民館(月曜・祝日休館日)
☎52-0673

ひとり親家庭親子のつどい 参加者募集

親子で楽しい一日を過ごし、親子のコミュニケーションを図ることを目的に開催します。

日時	11月23日(土) 6:00出発 21:00帰着
場所	東京ディズニーシー(大型バスで移動) 集合：総合保健福祉センター(かがやき)
対象	・ひとり親家庭の親子 (子どもは18歳の高校生まで) ・両親のいない子とその養育者 (養育者は一人)
参加費	大人 10,000円 中人(中・高校生) 8,000円 小人(3歳~小学生) 5,000円 3歳未満 無料 (1デーパスポートチケット含む)
定員	75名 ※定員を超えた場合は抽選 (応募者が20名未満の場合は中止になる場合があります。)
申込方法	社会福祉協議会へ電話またはメール 必要事項：氏名・住所・電話番号・生年月日
申込期限	10月10日(木)

※申込者には10月末頃に参加決定の可否を通知します。参加決定者は通知を持参のうえ、11月13日(水)までに参加費をお支払いください。

申込・問 常陸大宮市社会福祉協議会 ☎53-1125



文学散歩事業の参加者募集

図書情報館では、茨城県とその近隣に関係する著名な作家等のゆかりの地を訪ね、作者・作品への理解を深める「文学散歩」事業の参加者を募集しています。

日時	11月20日(水) 10:00出発 (集合 図書情報館)
行き先	阿見町 阿見町立図書館に設置された文学コーナー(下村千秋・大庭みな子)と予科練平和記念館の見学
対象	市内在住の方
定員	25名(先着順) 最少催行人数：11名
参加費	2,000円(当日徴収)
申込方法	申込書を図書情報館へ提出
申込期限	10月10日(木)

※申込書は図書情報館窓口に置いてあります。

問 図書情報館 ☎53-7300



農村地域を活性化するビジネスに挑戦したい方を募集します！

農村地域の資源(ヒト・モノ・コト)を生かしたビジネスアイデアを構想する、全4回連続講座「茨城県農村地域活性化人材育成講座」。具体的には、『先進的な取組を行う実践者の講演』『受講生同士のディスカッション』『先進地視察』などを通じて、農村地域の未来を描き、自分が行いたいスモールビジネスの事業構想をつくります。

日時	第1回 10月1日(火) 16:00～19:00
場所	水戸生涯学習センター大講座室 (水戸市三の丸1-5-38 茨城県三の丸庁舎3階)
対象	地域資源を生かした農に関連する事業や地域作りに意欲のある方
定員	20名
申込方法	申込フォーム 
申込期限	9月25日(水)
主催	茨城県農村計画課

問 アグリコネクト(株) 担当 神宮司・山口・大野
☎03-5579-6122

イベント

秋の文化財・歴史資料の曝涼・公開2024プレイベント

集中曝涼本番を前に、公開される文化財にかかわる調査・研究成果や今年度事業の特色を紹介します。

日時	9月29日(日) 12:30～14:30
場所	常陸太田市生涯学習センター(常陸太田市中城町3280)
定員	300名 ※事前申込不要
講演内容	①「修理の話ー常陸大宮市歴史民俗資料館所蔵 南無仏太子ー」 講師：飯泉 太子宗 氏(NPO法人古仏修復工房) ②「西光寺薬師如来像造立の歴史的背景ー佐竹氏と奥州藤原氏の12世紀ー」 講師：高橋 修 氏(茨城大学人文社会科学部 教授) ③「ここが見どころ！ 2024公開の文化財・歴史資料から」
主催	茨城史料ネット・常陸太田市教育委員会・常陸大宮市教育委員会
協力	茨城大学人文社会科学部〔歴史・考古学メジャー〕

詳しくは常陸太田市ホームページをご確認ください。



◀常陸太田市
ホームページ

問 常陸太田市教育委員会文化課 ☎0294-72-3201

「常陸大宮の集中曝涼」を開催します！

「曝涼」とは、普段大切に保管されている美術品や書物を虫干しする日本の伝統的な行事です。

集中曝涼 ー令和6年度常陸大宮市文化財公開ー

今年は新たに2つの寺社が加わり、さらにパワーアップしました！普段は目にすることのできない文化財をお披露目するこの貴重な機会に、常陸大宮を見て回ってはいかがでしょうか？

○日時 11月9日(土)・10日(日) 荒天中止(雨天時は一部公開制限)

	公開場所・主な文化財	所在地	公開時間
1	善徳寺 聖徳太子立像(室町時代)	鷲子 1731	10:00～15:00
2	立野神社 徳川昭武奉納弓(明治時代)	上小瀬 351	10:00～15:00
3	阿弥陀院 阿弥陀三尊像(鎌倉時代)	国長 834	10:00～15:00
4	常弘寺 阿弥陀如来立像(鎌倉時代)※9日のみ公開	石沢 1467	12:00～15:00
5	誕生寺 了譽聖罔坐像(江戸時代)※10日のみ公開	上岩瀬 381	10:00～15:00
6	甲神社 佐竹義昭奉加帳(室町時代)	下町 219	10:00～15:00
7	法専寺 明法坐像(室町時代)	東野 921	10:00～15:00
8	本泉寺 阿弥陀如来立像(室町時代)	野上 1264	10:00～15:00
9	高部宿岡山家 ※入場料 500円 養浩園(国登録記念物)、喜雨亭(国登録有形文化財)	高部 3970	10:00～15:00
10	歴史民俗資料館 企画展「弥生の墓」	中富町 1087-14	9:00～16:30
11	文書館 エントランス展示 「常陸大宮市ができるまでー公文書からひも解く町村合併ー」	北塩子 1721	9:00～16:30
12	鷲子山上神社 ※協賛会場(特別公開、スタンプラリーなし)	那須郡那珂川町 矢又 1948	

○スタンプラリーを実施します！

スタンプ3つで缶バッチ1個、5つで記念品を1個プレゼント。
詳細は市ホームページをご確認ください。



▲詳細

ボランティアスタッフとして参加しませんか

円滑に会場を整理するための運営スタッフ、貴重な仏像や神宝、建造物などを来場者にわかりやすく案内する解説スタッフとして、あなたも集中曝涼に参加しませんか？活動内容は事前に指導します。

日時	11月9日(土)・10日(日)9:00～16:00 ※どちらか1日だけの参加可。
場所	常陸大宮市内
活動内容	会場準備、受付、文化財解説、片付けなど
対象	中学生以上で、文化財公開事業の趣旨を理解し、協力してくださる方。
定員	20名程度
参加費	100円(ボランティア保険加入金)
申込方法	申込フォーム、FAX、メール
申込期間	9月17日(火)～10月11日(金)

詳細は市ホームページをご確認ください。



▲詳細

☎ 文化スポーツ課 文化振興 G ☎ 52-1111 内線 343

茨城がんフォーラム2024～がんと共に生きる～

10月には茨城県のがん検診推進強化月間です。県では、がん検診普及・啓発のために、県民の方や医療従事者を対象に、医師やがんを経験した著名人による「がん」に関する講演を聴くことができるがんフォーラムを開催します。

日時	10月27日(日) 13:00～17:20	場所	ホテルレイクビュー水戸(水戸市宮町1-6-1)
講演	・永井秀雄氏(県立中央病院名誉院長、練馬光が丘病院管理者) ・櫻井英幸氏(筑波大学医学医療系放射線腫瘍学教授、陽子線治療センター部長) ・川島章良氏(お笑い芸人、腎臓がん経験者)		
申込方法	・申込フォーム(いばらき電子申請・届出サービス) ・県ホームページ (「茨城がんフォーラム 2024」で検索)	 ▲申込フォーム	申込期限 10月22日(火)

問 茨城県保健医療部疾病対策課 ☎ 029-301-3224

図書館からのお知らせ

■行事予定

★おはなし会

どんどんちっち	10月 5日(土)
おひさま	10月12日(土)
めばえの会	10月17日(木)
はみんぐばあど	10月19日(土)
御前山かわせみ	10月26日(土)

10:00から1階児童コーナーで行います。

★「おじいちゃんおばあちゃんの似顔絵展」

9月16日の敬老の日に向けて「おじいちゃん、おばあちゃんの似顔絵展」を開催中です。ぜひご覧ください。ご応募いただいた方への作品返却は10月1日(火)から行います。

○展示期間 9月3日(火)～9月22日(日)

○展示場所 図書館情報館エントランス

■10月の休館日

7日(月)、14日(月)、15日(火)、21日(月)、28日(月)

開館時間 9:30～18:00

開館時間延長日(19:00まで)

3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木)

問 図書館情報館 ☎53-7300 FAX53-7301

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

■新しく入った本

<一般書>

・ 転の声	尾崎世界観
・ あなたを待ついくつもの部屋	角田 光代
・ 狐花	京極 夏彦
・ 赫夜	澤田 瞳子
・ 物語を継ぐ者は	実石沙枝子
・ なぞとき(「しゃばけ」シリーズ 23)	梶中 恵
・ わたしの知る花	町田そのこ
・ さらば故里よ(助太刀稼業 1)	佐伯 泰英

<児童書>

・ 今日から楽しい科学実験図鑑	川村 康文
・ 海面上昇のサバイバル 1	ゴムドリco.
・ 犬にかまれたチイちゃん、動物のおいしゃさんになる	今西 乃子
・ やらなくてもいい宿題 算数バトル編	結城真一郎

(えほん)

・ ぼくが子どものころ戦争があった	田中 幹夫
・ 恐竜のあたまの中をのぞいたら	大島英太郎
・ くまたのびっくりだいさくせん	柴田ケイコ
・ いろんなかたちかくれんぼ	いしかわ こうじ

各種無料相談【10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	3日(木) 13:00~16:00 緒川地域センター 【相談員】弁護士 藤田 奈津子 15日(火) 13:00~16:00 御前山地域センター 【相談員】弁護士 藤田 奈津子	社会福祉協議会 ☎53-1125	
一般相談 面接・電話	毎週水曜日(30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	3日(木) 9:00~12:00 美和地域センター別館 【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 18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 25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」内健康推進課 ☎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		
年金相談 面接 事前予約制	年金記録や給付に関する ことなど ※予約時は「基礎年金番 号」がわかるものをご 準備ください。	9日(水) 10:00~14:30 市役所2階会議室 【相談員】年金事務所職員	予約 水戸北年金事務所 ☎029-231-2283 (音声案内①→②) 問 医療保険課 医療・年金G ☎52-1111 内線163
子育て・教育相談 面接・電話	子どもに関する相談	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	障がいのある方と 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。

日曜結婚相談会

結婚を希望する方やその親御さんのご相談に、結婚応援サポーターが個別に対応します。ほかにも婚活に使用するプロフィール写真の撮影や、お相手の検索（※会員登録者のみ）もできます。

相談会は予約優先となりますので、できるだけ予約のうえご来場ください。

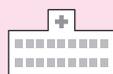
日時	10月20日(日) 9:00～16:00(受付 9:00～15:00)
場所	おおみやコミュニティセンター 2階研修室3
対象	市内に住所を有している方または定住する意思のある方・独身の方
費用	相談・会員登録 無料
申込方法	定住推進課へ電話またはメール

○次回は11月10日(日)に開催予定です。

結婚応援サポーターとは？

市の委嘱を受け、結婚活動の支援を行います。皆様からのご相談に親身になって対応します。お気軽にご相談ください。

☎ 定住推進課 定住推進G ☎ 52-1111 内線 120 ✉ marriage@city.hitachiomiya.lg.jp



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◆ 9/15～9/29

* 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)
9/15	岡崎外科医院 ☎52-0547	七合診療所 ☎82-2781	吉永医院 ☎63-2303
16	緒川クリニック ☎54-3331	林田医院 ☎88-2056	休診日
22	志村大宮病院 ☎53-1111	白寄医院 ☎92-2710	今井医院 ☎63-0320
23	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
29	上久保医院 ☎52-3181	高野病院 ☎92-2520	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。

◆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。	子ども救急電話相談 24時間受付	おとな救急電話相談 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	急な病気で心配なとき、ご相談ください。 ☎ # 7119 または ☎ 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	