



お知らせ版

No.546

2025(令和7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

- P2-3 ○茨城県知事選挙
- P4 ○戸籍に記載されるフリガナの通知書が郵送されます
- P4 ○「ペリリューー楽園のゲルニカー」原画展コーナーを設置します
- P4 ○【Uターン就職を応援】29歳以下の方の移住就職に支援金を交付します
- P4 ○令和7年度茨城県警察官採用試験案内
- P5 ○水道メーターの交換にご協力ください
- P5 ○献血にご協力をお願いします
- P5 ○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 ○出張ハローワークひとり親全力サポートキャンペーン
- P6 ○県が保育のお仕事をサポートします
- P6 ○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
- P12 ○休日・祝日の当番医(7/27~8/17)

募 集

- P6 ○【事業者向け】「生成AI活用セミナー」をオンライン開催します
- P7 ○【国保加入者対象】運動教室 参加者募集
- P7 ○なでしこ健康講座 参加者募集
- P7 ○【企業・団体向け】プレコンセプションケアセミナーを実施しませんか
- P8 ○御前山ダム英語アクティビティ 参加者募集
- P8 ○グローバルカフェ 参加者募集
- P8 ○令和7年度花いっぱい運動定着化促進事業
花壇づくり支援団体募集
- P8 ○三の丸カレッジ講座 参加者募集
- P9 ○scひたまる教室 参加者募集
- P9 ○令和7年度ソフトテニス教室(前期) 参加者募集
- P9 ○大宮の歴史を考える会 連続講座を開催します
- P10 ○令和7年度 公民館定期講座【後期】受講生募集
- P11 ○普通救命講習会(Ⅰ)受講者募集
- P11 ○親向け講座「乳幼児の救急救命講習会」参加者募集
- P11 ○第35回花立山星まつり 小学生ポスターコンクール
作品を募集します

イベント

- P11 ○第42回あゆの里まつり
- P12 ○水戸ホーリーホック「常陸大宮市の日」

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(ロゼホール内)	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

県・市民税【2期】
国民健康保険税【1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1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

Get it on Google play



Download on the App Store



お知らせ

茨城県知事選挙

投票日 9月7日(日)

投票時間 7:00 ~ 18:00

投票場所 市内41投票所

※詳しくは投票所入場券で確認してください。

投票方法 候補者1人の氏名を書いて投票

大事な投票、忘れずに!



常陸大宮市で投票できる方

平成19年9月8日までに生まれた方で、令和7年6月1日以前から常陸大宮市に住民登録されていて、その後引き続き常陸大宮市に住所のある方

常陸大宮市に転入した方

- ・6月1日までに転入・・・常陸大宮市で投票できます。ただし、5月21日から6月1日までに、常陸大宮市に転入届を出した方の期日前投票は、9月1日から9月6日までとなります。
- ・6月2日以降に転入・・・県内の他の市町村から転入した方は、前住所地で投票できます。詳しくは、前住所地の選挙管理委員会へお問合せください。

常陸大宮市から転出した方

- ・既に常陸大宮市の選挙人名簿に登録されている方で、6月2日以降に県内の他の市町村に転出した方は、常陸大宮市で投票できます。ただし、投票するには「引き続き県内に住所を有する旨の確認を受ける。」または「引き続き県内居住証明書を提出する。」のいずれかの手続きが必要となります。
- 引き続き県内に住所を有する旨の確認
投票所にお越しいただいた際に、市選挙管理委員会で確認させていただきます。確認のための時間が少ししかかりませんが、確認が終わり次第投票することができます。
- 引き続き県内居住証明書の提出
事前に県内各市町村の住民登録担当窓口で発行(無料)している「引き続き県内に居住している旨の証明書」を取得していただき、投票所係員へ提出してください。

期日前投票所

投票日当日に、仕事や旅行、冠婚葬祭などで投票できない方は、期日前投票をすることができます。

投票期間	8月22日(金)～9月6日(土) ※(各地域センターは8月30日(土)～)
投票時間	8:30 ~ 20:00
投票場所	・常陸大宮市役所期日前投票所 ・山方・美和・緒川・御前山の各地域 センター期日前投票所

【臨時期日前投票所】※当該地域にお住いの方が対象

場所	設置期日
諸沢西地区センター	9月3日(水) 10:00 ~ 12:00
野沢会館	9月3日(水) 14:00 ~ 16:00
檜山公民館	9月4日(木) 10:00 ~ 12:00
大岩集落センター	9月4日(木) 14:00 ~ 16:00

※各地域センターの期日前投票所は8月30日(土)からとなりますので、ご注意ください。

※9月5日(金)、6日(土)の期日前投票所は混雑が予想されます。投票日当日に投票所へ行けない方は、早めに期日前投票をしましょう。

期日前投票所への移動手段

期日前投票所への交通手段が確保できない方を対象に、「期日前投票用タクシー券」を交付します(自宅から期日前投票所までの往復の利用に限ります。)。利用できるタクシーは下記のとおりです。希望者は申請が必要になります。※詳細は市選挙管理委員会までお問合せください。

乗合タクシー	契約タクシー会社
・予約センター ☎54-3210 ・常陸大宮市社会福祉協議会 ☎53-1125	・有限会社大宮タクシー ☎52-0056 ・新星タクシー大宮営業所 ☎52-2135 ・山方ハイヤー有限会社 ☎57-2404

投票所入場券

投票所入場券は、封書様式により世帯ごとに郵送します。また、**1通に最大6人分**をまとめて送付します(6人を超える世帯には複数枚お送りします。)

投票所入場券が届いたら氏名等の記載内容を確認の上、**投票する際は、必ずご自分の投票所入場券を切り離して、投票所に持参してください。**

なお、投票所入場券を持ち合わせていなくても、選挙人名簿に登録されていれば投票することができますので、投票所または期日前投票所の係員にその旨をお申し出ください。

また、投票所入場券の裏面が「**期日前投票宣誓書**」になっています。

期日前投票をされる方は、事前にご自宅などで宣誓書に必要事項を記入し、期日前投票所へお持ちください。

※**選挙当日に投票される方は、宣誓書の記入は不要です。**

期日前投票宣誓書	
※期日前投票をする方は、下記宣誓書に必要事項を記入の上、受付にご提出ください。	
宣誓・請求日	令和7年 月 日
氏 名	
住 所	常陸大宮市
生年月日	大・昭・平 年 月 日
事 由	私は、選挙の当日、次のいずれかの事由に該当する見込みです。 ☐ 仕事・学業・冠婚葬祭・地域行事 ☐ 外出・旅行・投票区域外への滞在 ☐ 病氣・出産 ☐ 交通至難の島等に滞在 ☐ 他の市町村に居住 ☐ 天災・悪天候
以上、真実に相違ないことを宣誓し、投票用紙を請求します。 常陸大宮市選挙管理委員会 委員長 宛	

〈入場券の裏面〉

代理投票

心身が不自由で字が書けない方などは、職員が代筆する代理投票ができます。

代理投票を希望する方は、投票所受付で係員にお申し出ください。また、投票する際に介添えが必要な場合なども係員にお申し出ください。

不在者投票

- 都道府県選挙管理委員会が指定した病院や老人ホームなどへ入院・入所されている方
⇒その病院や施設等で投票ができます。詳しくは病院長または施設長にお問合せください。
- 選挙期間中に、長期出張などで常陸大宮市以外の市区町村に滞在している方
⇒滞在先の市区町村選挙管理委員会で投票できます。不在者投票できる日時は、滞在先の市区町村選挙管理委員会にお問合せください。
- 郵便等による不在者投票
身体障害者手帳、戦傷病者手帳、介護保険被保険者証をお持ちの方で、障がい等の種別、障がい等の程度が条件を満たしている方(詳しくは市ホームページの選挙詳細をご覧ください。)
※郵便等による不在者投票を希望する場合は、「郵便等投票証明書」の交付を受ける必要があります。

不在者投票を希望する場合は、投票用紙等の郵送に時間を要するため、早めに選挙管理委員会に申請してください(郵送による不在者投票は9月3日(水)が申請期限です。)

選挙公報

選挙公報を、**告示後、新聞折込**でお届けします。また、市役所および各地域センター窓口で配布するとともに、市ホームページに掲載します。

なお、上記の方法で選挙公報を見ることができない場合は、直接郵送しますので、市選挙管理委員会までご連絡ください。

開票

日時	9月7日(日) 20:00～
場所	西部総合公園体育館(工業団地25番地) ☎52-5223

投開票結果

投開票結果は、市ホームページでお知らせします。



☎ 常陸大宮市選挙管理委員会(総務課内) ☎55-8062(直通)



戸籍に記載されるフリガナの 通知書が郵送されます

行政のデジタル化推進のため、戸籍に氏名のフリガナが記載されることになりました。

常陸大宮市に本籍がある方に対しては、令和7年7月上旬に通知書を発送しています。通知書に記載された氏や名のフリガナを必ずご確認ください。特に、「ヤ・ユ・ヨ・ツ」などの小文字が大文字になっている可能性があります。

【通知されたフリガナが異なる場合】

令和8年5月25日までに必ず氏や名のフリガナの届出を行ってください。届出は、マイナポータルを利用してオンラインで行うことができます。その他、お住まいの市区町村の窓口で届出をする方法、本籍地の市区町村の窓口または郵送で届出をする方法があります。

【通知されたフリガナが正しい場合】

届出は不要です。先に通知されたフリガナが令和8年5月26日以降に戸籍に記載されます。

詳細は市ホームページを
ご確認ください。



▲詳細

問 市民課 市民G ☎52-1111 内線102、103



「ペリリューー楽園のゲルニカー」 原画展コーナーを設置します

文書館が主催する企画展「戦後80年 資料が語る戦争の記憶」と、第18回文書館カレッジ「記録が伝える戦争と地域社会」会場内に、ペリリュー島の戦いを舞台にした劇場版「ペリリューー楽園のゲルニカー」の原画展コーナーを設置します。企画展では、ペリリュー島で主力部隊として戦った水戸歩兵第二連隊に関する資料も展示しますので、この機会に当時の戦争をより身近に考えてみませんか。

〈展示コーナーの設置期間〉

「戦後80年 資料が語る戦争の記憶」	
日時	7月26日(土)～11月9日(日)
場所	文書館 1階会議室(北塩子1721)

「記録が伝える戦争と地域社会」	
日時	8月3日(日)
場所	緒川地域センター 文化ホール(上小瀬1259)

問 文書館 ☎52-0571



【Uターン就職を応援】29歳以下の 方の移住就職に支援金を交付します

市では、本市出身者をはじめとした若者の移住促進のため、県外から移住して就職等をした方に「Uー29Uターン就職支援金」として最大50万円を交付します。

〈対象〉以下のすべてにあてはまる方

- ・令和7年4月1日以降に県外から移住(転入)した方
- ・移住時の年齢が満29歳以下の方
- ・移住直前に1年以上県外に在住していた方
- ・移住後、新規に就職(正規雇用)、就農、起業・事業承継をした方
- ・本市に5年以上在住する意思のある方

支給金額	・本市出身者 50万円 ・本市出身者以外 30万円
------	------------------------------

※「わくわく茨城生活実現事業移住支援金」との併給は行いません。

※このほかにも要件があります。
申請方法など、詳細は市ホームページからご確認ください。
または電話
でお問合せください。



▲詳細

問 定住推進課 定住推進G ☎55-8065



令和7年度茨城県警察官 採用試験案内

茨城県警察では、下記のとおり警察官採用試験を行います。

今回の採用試験は、来年3月卒業見込みの高校生も受験することができます。

第1次試験日	【一般】 9月21日(日) 【職務経験】 9月13日(土)
申込方法	インターネット
申込期限	8月8日(金) 17:00

詳細は、茨城県警察
ホームページをご覧ください。



▲詳細

また、ご不明な点等は、大宮警察署までお問合せください。

問 大宮警察署 ☎52-0110

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無料で交換します。水道メーターの交換は、市から委託された交換作業員が作業を行います。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。ご確認ください。

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り異なります。)
作業当日の注意点	・ 作業中は水の使用ができなくなります。 ・ メーターボックスの上に物を置かないでください。 ・ 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。 ・ 犬などは作業範囲外につないでおいてください。

※作業終了後に、メーター指針・取替日・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。

交換作業対象区域	交換作業期間
栄町、南町、中富町、抽ヶ台町、上町、下町、北町、東富町、姥賀町、高渡町、野中町、田子内町、東野、八田、若林、上大賀、岩崎、鷹巣、小祝、辰ノ口、塩原、小倉、富岡、下岩瀬、上岩瀬、根本、泉、宇留野、下村田、上村田、石沢、小場、小野、三美、西塩子、北塩子、照田、工業団地	8/2 ~ 3/9
山方、野上、舟生、西野内、諸沢、小貫、盛金、久隆、家和楽、長田、長沢、照田	9/2 ~ 2/8
下檜沢、氷之沢、高部、小田野、鷺子	9/2 ~ 1/8
那賀、下小瀬、国長、小玉、上小瀬、大岩、小舟、千田、野口、野口平、門井、下伊勢畑、長倉、野田、秋田	9/2 ~ 12/9

問 上下水道部 総務経営課 総務経営G ☎52-0427



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献血バス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。

また、骨髄バンクドナー登録会も同時に行います。白血病などの血液難病の方への骨髄移植を成功させるためには、多くの方のドナー登録が必要です。

皆様のご協力をお願いします。

日時	8月29日(金) 9:30 ~ 16:00 (12:00 ~ 13:15を除く)
場所	常陸大宮市役所 北口玄関前

問 茨城県赤十字血液センター ☎029-246-5566



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(水) ~ 8月15日(金)
-----	---------------------

上記の期間は医師不在となりますので、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

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、市役所内に「ハローワーク臨時相談窓口」を設置します。

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7日(木)、21日(木) 10:00～15:30(12:00～13:00を除く)
場所	常陸大宮市役所 2階 会議室

問 ハローワーク常陸大宮 ☎52-3185

県が保育のお仕事をサポートします

茨城県では、保育の仕事に就きたい方の就職・復職のあっ旋、保育士資格の取得支援、保育の魅力発信イベントや現役保育士の就労継続サポート等を行っています。

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7年後期保育士試験対策講座

○対象 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】 全9科目を集中的に解説

	期日	場所
県南会場	9月5日(金)	県南生涯学習センター (土浦市大和町9-1ウラビル5F)
県央会場	9月6日(土)	セキショウ・ウェルビーイング 福祉会館(水戸市千波町1918)

【WEB講座】 全9科目をさらに詳しく解説
試験前日まで視聴可能

※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。



▲ポータルサイト

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

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、結婚を希望する独身の方を対象に、会員登録制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、女性を対象に、入会登録料(通常11,000円または22,000円)の無料キャンペーンを実施します。

対象期間	8月1日(金)～10月31日(金)
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。



▲詳細

問 いばらき出会いサポートセンター
☎029-224-8888

募 集

【事業者向け】「生成AI活用セミナー」 をオンライン開催します

市内の中小企業経営者・管理職・現場担当者を対象とした「生成AIセミナー」をオンラインで開催します。本セミナーは、「AIを業務にどう活かせるのか」「AIで何ができるのかわからない」という方に向けて、実際の業務への活用方法や成功事例を紹介し、実践的な知識を提供することを目的とします。

営業・事務・経営など、各部門の課題に対し具体的な活用方法を知り、AIによる業務改善のヒントを得る絶好の機会ですので、ぜひご参加ください。

開催期間	8月25日(月)～8月29日(金) ※各日9:00～21:00 1時間程度 ※期間内であれば、いつでも視聴可能です。
対象	市内事業者 (視聴は市外事業者等も可能)
受講方法	自動配信ツールによるオンライン配信
受講料	無料
申込方法	申込フォームより お申し込みください。



問 商工観光課 商工振興G ☎52-1111 内線270



【国保加入者対象】 運動教室 参加者募集

国民健康保険加入者を対象とした運動教室を実施します。

毎日の生活の中に運動を取り入れ、楽しく健康づくりができる教室です。

運動したいと思っている方、この機会にぜひ健康運動指導士から誰でも簡単に組み入れる運動のコツを学び、運動を習慣化しませんか？

日時	9月17・24日、10月1・15・29日、 11月5・19日、12月3・17日、1月7・ 21日、2月4・18日、3月4日 全14回 (水曜日 13:30 ~ 15:00)
内容	各回とも講話20分および運動実技70分 ※講話内容は健康・運動および食に関すること
場所	西部総合公園体育館(工業団地25)
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	30名(応募者多数の場合は抽選) ※全日程への参加申込となります。
参加費	無料
申込期間	7月25日(金)～8月29日(金)
申込方法	申込フォームまたは 健康推進課へ電話



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



なでしこ健康講座 参加者募集

誰でも気軽にご参加いただける無料の健康講座です。
理学療法士や看護師から、健康づくりに役立つ体操や、生活に役立つ健康管理のお話を提供します。
皆さんの参加をお待ちしています。

日時	8月20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 (長倉407-2)
内容	・「腰痛予防体操」 講師：常陸大宮済生会病院 理学療法士 ・「虫刺され、噛まれたときの応急処置 について(ムカデ、マムシ、ハチ)」 講師：常陸大宮済生会病院 看護師

※申し込みは不要です。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



【企業・団体向け】プレコンセプション ケアセミナーを実施しませんか

「プレコンセプションケア(通称：プレコン)」は、若い世代が自分たちの生活や健康について向き合う取り組みのことです。

自らが早くから正しい知識を持ち、健康維持の行動が取れるようになることを目的に、20代から30代の方を対象に、企業等に出向いて「プレコンセミナー」を実施します。

セミナーは無料で、市健康推進課の保健師、管理栄養士が講師となり、身近な話題を取り入れながら、健康について分かりやすくお話しします。

主な内容	1.講話 ①今の自分を知ろう(適正体重、運動、 ストレス等) ②生活を整えよう(食事、喫煙、飲酒等) ③検査やワクチンを受けよう(感染症、 生活習慣病等) ④かかりつけ医を持とう ⑤人生をデザインしてみよう 2.有機野菜たっぷり料理の試食など 市産有機野菜を用いたメニューの試食 やレシピの提供、有機農産物の配布
所要時間・場所	60分～120分 ※時間、場所ともにご要望に応じます。
実施までの流れ	①申し込み②担当者打ち合わせ(日程、 場所、内容など)③セミナー当日 ※検討中でも構いません。ぜひ一度お 電話ください。
対象者	市内在住・在勤の20代～30代の男女
定員	20名程度
参加費	無料
申込方法	電話、メール 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 母子保健G ☎54-7121
✉ kagayaki@city.hitachiomiya.lg.jp

【お知らせ版7月10日発行号のお詫び】

4ページ「令和7年度常陸大宮市史セミナー―考古―を開催します」の記事にて、二次元コードに誤りがありました。
訂正してお詫びします。



【正】
▲ホームページ



御前山ダム英語アクティビティ 参加者募集

御前山ダム湖面でボート体験と英語学習を組み合わせた「英語アクティビティ」を実施します。流れが穏やかで安全なダム湖で、楽しみながら英語を学ぶイベントです。ぜひご参加ください。

対象	市内の小学校3～6年生
日程	9月6日(土) 午前の部 8:45～11:30(3・4年生対象) 午後の部 12:45～15:30(5・6年生対象)
定員	各12名
場所	御前山ダム公園(上伊勢畑1506-2)
参加費	1,000円
申込方法	申込サイトで詳細をご確認のうえ、お申し込みください。 ※応募者多数の場合は抽選
主催	地域創生課
協力	茨城キリスト教大学

問 御前山ダムアクティビティ事務局(株式会社ITS)
✉ gozenyama-activity@its-mito.com



グローバルカフェ 参加者募集

常陸大宮市国際交流協会では、中高生を対象に海外出身者と英語で交流するグローバルカフェを開催します。英語が好きな方、国際交流に興味がある方、お気軽にご参加ください！

日時	8月24日(日) 14:00～16:00
場所	おおみやコミュニティセンター (北町400-2)
対象者	市内または近隣市町村の中学生・高校生
定員	20名程度
参加費	300円
申込方法	申込フォームまたは電話
申込期限	8月15日(金)



▲詳細



▲申込フォーム

申込・問 常陸大宮市国際交流協会事務局
(定住推進課内) ☎52-1111 内線123



令和7年度花いっぱい運動定着化促進事業 花壇づくり支援団体募集

花いっぱいのまちづくりに参加しませんか？
花壇づくりをとおして地域コミュニティの再生・活性化を図るため、花壇づくりを応援します。

対象	花いっぱい運動に継続して取り組む (取り組もうとしている)意欲のある団体・学校
支援内容	1団体あたり5万円以内
締切	9月30日(火)
その他	規定の応募書類に基づき審査・選考。 応募用紙などは、チャレンジいばらき 県民運動のホームページからダウンロード可。

※詳細は、チャレンジいばらき
県民運動のホームページを
ご確認ください。



▲詳細

問 チャレンジいばらき県民運動事務局
☎029-224-8120



三の丸カレッジ講座 参加者募集

【後期：全6講座】

- ①奈良間英樹氏と学ぶ！自己理解とワークライフバランスの極意
 - ②やさしい日本語から変わる日常～小さな気づきから始める多文化共生～
 - ③終活講座～自分のため、家族のため、親のため、終活を学ぼう～
 - ④フレイル予防で、自分らしく、いきいきと～薬局と学ぶ健康づくりの5日間～
 - ⑤スマホで気になるあれこれチャレンジ！知って楽しむシニアライフ
 - ⑥基礎から学ぶドローン～ドローンプロジェクト2025～
- ※定員を超えた講座は県水戸生涯学習センターで抽選を行います。

詳細	二次元コードよりご確認ください。
場所	県水戸生涯学習センター(県三の丸庁舎)
受講料	2,000円～3,000円
申込方法	Web(二次元コードより)、 郵送(ハガキ)
申込期間	7月29日(火)～9月5日(金)



問 県水戸生涯学習センター ☎029-228-1313



scひたまる教室 参加者募集

健康ヨガ教室(中期)
市民の健康維持を対象としたヨガ教室です。ストレスの軽減・免疫力アップ等の健康エクササイズとしてヨガが見直されています。 いやなことがあって気分が落ち込んでしまうことはありませんか？ ヨガで心をリフレッシュしましょう。
○期日：8月21・28日、9月4・11・18・25日、 10月2・9・16・23・30日、11月6・ 13・20・27日、12月4・11・18日 (木曜日、昼・夜各18回)
○時間：昼の部 10:30～11:30 夜の部 19:30～20:30
○講師：矢野 幸恵氏

ヨガティス教室(中期)
ヨガティスは、ヨガの呼吸法で身体と心を整え、ピラティスの動きで体幹を安定させます。 運動不足や筋力不足を感じている方、心がザワザワしている方はいらっしゃいませんか？ ヨガティスで身体も心も整えましょう。
○期日：8月20日、9月10・24日、10月8・22日、 11月12・26日、12月10日 (水曜日、昼・夜各8回)
○時間：昼の部 14:30～15:30 夜の部 19:00～20:00
○講師：長岡 真由美氏

場所	西部総合公園体育館トレーニングルーム (工業団地25)
対象	どなたでも
参加費	1,000円/回、ひたまる25会員は 700円/回(保険料込み。当日徴収。)
定員	各30名程度(先着順)
申込方法	電話 必要事項：氏名、住所、連絡先、参加日時
申込期間	定員に達するまで
持ち物	ヨガマット(タオルケット等代用品可)、汗拭きタオル、飲み物

申込・問 スポーツクラブひたまる25事務局
(火・金13:00～17:00)
☎070-4501-1025 ☎090-2148-3921



令和7年度ソフトテニス教室(前期) 参加者募集

日時	9月2日(火)、4日(木)、9日(火)、 11日(木)、18日(木)、23日(火・祝) 毎週火・木曜日 計6回
場所	西部総合公園体育館メインアリーナ (工業団地25)
対象	小学生の部 18:00～19:15 中学生の部 19:30～20:45
参加費	2,000円(保険料等) ※初日に受付で徴収します。
定員	小学生の部20名・中学生の部30名
指導	日本スポーツ協会ソフトテニス指導員他
申込方法	下記へ直接またはFAX 必要事項：氏名(ふりがな)・住所・電話番号・学校・学年・経験の有無
申込期限	8月29日(金)
持ち物	テニスラケット、室内シューズ、飲み物、タオル等 ※貸しラケットあり

問 一般財団法人常陸大宮市スポーツ協会事務局
(西部総合公園体育館内)
☎52-5223 FAX52-5224



大宮の歴史を考える会 連続講座を開催します

【幕末水戸藩の尊攘運動は、なぜ失敗したのか(2)】

日時	8月3日(日) 13:30～15:30
場所	おおみやコミュニティセンター 2階 多目的ホール(北町400-2)
内容	水戸藩改革と天保検地
講師	高橋 裕文氏(歴史学博士)
定員	60名(定員になり次第締切)
参加費	300円(資料代)
申込方法	事務局へ電話またはショートメール
主催	大宮の歴史を考える会
共催	大宮郷土研究会
後援	常陸大宮市歴史民俗資料館

申込・問 大宮の歴史を考える会事務局(野内正美)
☎090-1836-9246(ショートメール)

令和7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、原則受講経験3年以内(連続3回以内)の方

○受講料 無料 ※講座により、材料費がかかる場合があります。

○申込先 ・中央公民館(ロゼホール内)または各支所 ※電話受付不可
(中央公民館は、日・月・祝日を除く。)(各支所は、土・日・祝日を除く。)
・申込フォーム

○定員 各講座定員数 ※先着順ではありません。

○申込期限 8月22日(金) 17:00

○その他 ・定員を超えた場合は、初心者の方を優先して抽選します。
・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。
- 

▲申込フォーム

※ 講座の詳細は、中央公民館または各支所にお問合せください。

No.	地域	講座名	講座内容	講師名(敬称略)	曜日・時間	開催日	場所	定員	教材費
1	大宮	リフレッシュ体操	ストレッチ、有酸素運動により、各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。	大畑 千恵子	第2・4 木曜日 9:30～11:30	10月～2月 (10回)	ロゼホール 小ホール * 1月・2月 は東部コミ センに変更	25名	なし
2	大宮	賢く備える！～相続と老後の資金～	終活を楽しく学びませんか？ ①エンディングノート(未来ノート)を書いてみよう ②知って得する相続財産と遺言について ③老後の資金について ④認知症と介護保険制度	①菊池崇子 ②大内庸右 ③J-FLEC ④南部包括支援センター	水曜日 10:00～11:30	10/8、15、 22、29 (4回)	ロゼホール 会議室1	10名	なし
3	山方	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と心と体を整えます。自律神経のバランスが整うので、免疫力のアップに繋がります。	井上 雅子	第2・4 木曜日 10:00～11:00	10月～3月 (12回)	緒川地域センター 和室	15名	なし
4	美和	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。	堀江 智人	水曜日 13:30～16:00	10/15、29、 11/5 (3回)	美和地域センター別館 調理室	10名	材料費1回 1,300円 程度
5	美和	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。二八蕎麦の技術を習得し上達を目指します。	河野 安代孜	木曜日 9:30～12:00	10/9、23、 11/13、27、 12/11 (5回)	道の駅みわ「北斗星」	8名	材料費1回 800円 程度
6	緒川	大人の図工～鉛筆デッサンと水彩画と工作～	鉛筆や水彩絵の具で絵を描いたり、工作をしたり。昔を思い出して図工の時間を楽しみましょう。	矢島 千加	第3 火曜日 13:30～15:00	10/21、11/18、 12/16、1/20 (4回)	緒川地域センター 小会議室1	6名	材料費 2,000円 程度 (全4回分)
7	御前山	木工(DIY)第5章	電動工具の使い方等を基礎から学ぶ簡単DIY！制作は「宅配ボックス」	常陸大宮高校 教員	土曜日 9:00～11:30	10/18、25、 11/8、15 (4回)	常陸大宮高等学校	8名	材料費 6,000円 程度 (全4回分)

申込・問 中央公民館 ☎52-0673 山方支所 ☎57-2111
美和支所 ☎58-2111 緒川支所 ☎56-5111 御前山支所 ☎55-2116



普通救命講習会(Ⅰ)受講者募集

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23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17日(日)

※講習修了証を発行します。

申込・問 東消防署 救急G ☎54-0119



親向け講座「乳幼児の救急救命講習会」参加者募集

AEDの使い方、心肺蘇生、異物除去、止血方法など、乳幼児時期に起こりやすい事故の予防とその手当、かかりやすい病気などの知識と技術を学びましょう。

日時	8月31日(日) 10:00 ~ 11:30
場所	常陸大宮市消防本部(東消防署)
対象者	乳幼児の親および保護者
定員	先着10組
受講料	無料
持ち物	筆記用具
申込方法	申込フォーム、電話
申込期間	8月1日(金) ~ 8月25日(月)



申込・問 こどもセンター ☎55-8873

第35回花立山星まつり 小学生ポスターコンクール作品を募集します

花立山星まつりでは、市内の小学4 ~ 6年生を対象にポスターコンクールを開催します。

テーマ	楽しい星まつりのPR ・「花立山星まつり」の文字を必ず書いてください。 ・開催日時、会場、西暦の記載はしないでください。
サイズ	四ツ切判程度
応募締切	9月10日(水)
応募方法	商工観光課または各支所へ直接提出 ・小学校名、学年、氏名を書いて、右図のとおり作品に貼り付けてください。
その他	・応募した全員に参加賞を贈呈します。 ・優秀作品は星まつり当日(10月18日)、表彰します。 ・入賞作品は、市内で掲示させていただきます(作品の返却なし)。 ・星まつりのPRに使用させていただきます。



○○小学校
○年 氏名 ○○○

問 花立山星まつり実行委員会事務局(花立自然公園管理棟内) ☎58-2277

イベント

第42回あゆの里まつり

「あゆの里まつり」では、あゆのつかみどり、バーベキューなどが行われます。まつりのフィナーレには、スターマインや尺玉など夜空を彩る花火が打ち上げられ、奥久慈の山々にこだまし、他では味わえない迫力があります。

日時	8月23日(土) 13:00 ~ 20:30 (予備日8月24日(日))
場所	神奉地コミュニティセンター・神奉地児童公園 ※駐車場は数に限りがあります。お越しの際は公共交通機関等をご利用ください。

詳しくはホームページをご確認ください。

問 あゆの里まつり実行委員会事務局(山方支所内) ☎57-2111

水戸ホーリーホック「常陸大宮市の日」

8月30日(土)の対レノファ山口戦にて「常陸大宮市の日」を開催します。
常陸大宮市に在住・在学・在勤の方はそれぞれのカテゴリーごとにチケットが優待価格にて、購入できます。
さらに、中高生については試合チケットや交通費が無料になる制度もあります。クラブ史上初のJ1昇格に向けて健闘を続ける水戸ホーリーホックをみんなで応援しましょう。

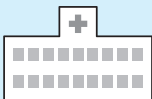
日時	8月30日(土) 18:00キックオフ
チケット発売日	8月3日(日) 16:00～
試合内容	2025明治安田J2リーグ第28節 水戸ホーリーホック vs レノファ山口
会場	ケーズデンキスタジアム水戸(水戸市小吹町2058-1)



▲詳細

また、「常陸大宮市の日」開催に先立ち、8月20日(水)に常陸大宮市役所にて「常陸大宮市PR大使」によるサイン会を開催します。
たくさんの方のご来場をお待ちしております
※詳しくは二次元コードよりご確認ください。

☎ 株式会社フットボールクラブ水戸ホーリーホック ☎029-212-7700 ✉ front@mito-hollyhock.net



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◆ 7/27～8/17

* 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)
7/27	志村大宮病院 ☎53-1111	烏山台病院 ☎82-2739	今井医院 ☎63-0320
8/3	高村外科医院 ☎57-2031	南那須青木医院 ☎88-6211	さとう耳鼻咽喉科クリニック ☎64-3341
10	志村大宮病院 ☎53-1111	阿久津クリニック ☎83-2021	もてぎの森「メディカルプラザ」 ☎64-1122
11	エヌ・ティークリニック ☎55-8865	上野医院 ☎96-5151	桜井循環器科内科 ☎63-5131
17	岡崎外科医院 ☎52-0547	烏山台病院 ☎82-2739	吉永医院 ☎63-2303

○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、直接お問合せください。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	おとな救急電話相談
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 または ☎ 050-5445-2856	☎ # 7119 または ☎ 050-5445-2856