



広報

Ibaraki Public Information

いばらき

3

No. 1008
March 2020

特集

茨城町デマンド型乗合タクシー

COVER つるし雛飾りにうっとり



Interview 利用者の声



吉川 隆 さん
美智恵さん

普段は、通院の際などにデマンド型乗合タクシーを利用しています。

運転免許証を自主返納してから、日常生活での交通手段に困っていましたが、このタクシーを利用することで、より気軽に外出することができるようになりました。乗り合わせの場合もありますが、時間に余裕をもっていれば問題ありません。

町内の移動には、とても便利な交通手段なので、初めての方も一度利用してみるとよいと思います。

■利用の流れ

① 利用者登録を行う



② 電話をする

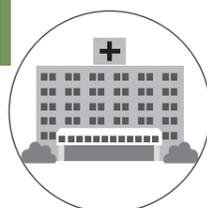
茨城町デマンド型乗合
タクシー予約センター
☎ 029-353-6710



③ 時間や場所を伝える



④ 自宅などで乗車



⑤ 目的地に到着

■運行日時

月～金曜日
※土・日・祝日及び
年末年始は運休。

便	出発時刻
1	午前 8 時
2	午前 9 時
3	午前10時
4	午前11時
5	午後 1 時
6	午後 2 時
7	午後 3 時
8	午後 4 時

■受付期間

利用する日の1週間前から
当日利用希望時間帯30分前
まで

※午前8時便及び午前9時
便は、当日より前にお申
し込みください。

■受付時間

運行日の
午前9時～午後4時

■利用料金

乗車1回(片道)当たり 300円
※同伴する未就学児は無料
※次に該当する方の利用料
金は、1回当たり100円。
・ 同伴する小学生
・ 「利用者」の(3)または(4)
のどちらかに該当する方
・ 「利用者」の(3)から(5)の
いずれかに該当する方を介
助する目的のために同伴す
る方

■利用対象者及び申請方法

デマンド型乗合タクシーの利用対象者は、町の住民基本台帳に記録されている方で、下記の利用対象者区分(1)から(5)までのいずれかに該当し、利用者登録をした方になります。利用者登録を希望する方は、利用者登録申請書に必要事項を記入し、下記の利用対象者区分により、必要書類を持参の上、申請をお願いします。

※印鑑は、必ず持参してください。

※第3者による申請も受け付けています。その際は、申請書、必要書類及び第3者の身分を確認できるものを必ずご持参ください(郵送でも可)。

利用対象者	持参するもの
(1) 65歳以上の方	身分を確認できるもの (運転免許証・パスポート・マイナンバーカードなど)
(2) 運転免許証を自主返納した方	運転経歴証明書 ※発行手数料は、自己負担となります。
(3) 各種手帳(身体障害者・精神障害者保健福祉・療育)の交付を受けた方	1 身分を確認できるもの (運転免許証・パスポート・マイナンバーカードなど) 2 手帳(身体障害者・精神障害者保健福祉・療育)
(4) 要介護認定・要支援認定を受けた方または介護予防・日常生活支援総合事業を受けている方	1 身分を確認できるもの (運転免許証・パスポート・マイナンバーカードなど) 2 介護保険被保険者証
(5) 疾病等(感染症は除く)により一時的に車の運転が困難な方	身分を確認できるもの (運転免許証・パスポート・マイナンバーカードなど) ※その他持参していただくものについては、企画政策課までお問い合わせください。

デマンドタクシーは、自宅や指定の場所から目的地(乗降施設)まで、お客様の希望時間帯、乗車場所などの要望に、安価な料金で応える公共交通サービスです。乗合のため、他にも同じ便に予約された方がいれば順番に回り、それぞれの目的地まで運行します。

【問合せ先】企画政策課 ☎029(215)8003(直通)

愛称「ひぬま〜る」

茨城町デマンド型乗合タクシー

利用には事前登録が必要です



郵便局 (6)	銀行 (5)	商業施設 (11)	薬局 (10)	医療機関 (25)
茨城長岡郵便局	JA水戸ひぬま支店	イオンタウン水戸南店	水戸ロイヤル薬局	はなこデンタルクリニック
茨城石崎郵便局	JA水戸茨城支店	ビッグハウス桜の郷店	フロンティア薬局桜の郷店	おどど歯科クリニック
上野合郵便局	茨城県信用組合奥谷支店	ケーヨーデーツー茨城町店	アイビー薬局	田中歯科医院
川根郵便局	常陽銀行長岡支店	トライアルボックス水戸南店	みずす薬局石崎店	松山歯科医院
海老沢郵便局	ポケットファームどきどき茨城町店	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	永沼歯科医院
茨城郵便局	エコス長岡店	ヨークベニマル茨城町店	ツルハドラッグ茨城桜の郷店	スマイルデンタルクリニック
茨城郵便局	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	アイセイ薬局茨城長岡店
	水戸信用金庫茨城町支店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	アイセイ薬局茨城町店
	JA水戸ひぬま支店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	アリア薬局桜の郷店
	JA水戸茨城支店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	サンリツ薬局水戸桜の郷店
	茨城県信用組合奥谷支店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	アルファーム薬局桜ヶ丘店
	常陽銀行長岡支店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	水戸ロイヤル薬局
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	フロンティア薬局桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	ホンダ薬品
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	アイビー薬局
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	みずす薬局石崎店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ケーヨーデーツー茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	トライアルボックス水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ポケットファームどきどき茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	コメリホームセンター茨城町店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	エコス長岡店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	イオンタウン水戸南店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店	カワチ薬品桜の郷店
	ビッグハウス桜の郷店	カ		

町では3人の集落支援員が、地域を元気にする地域集落支援員が関わり、各区が地域活性化のために実
【問合せ先】 町民協働課

づくりの取り組みを支援する活動を行っています。施している、地域の特色を活かした取り組みを紹介します。
☎029-291-8802 (直通)

矢頭東区

矢頭東区の高年者クラブ「笑和会」は、10月31日(木)に区内の集会所において、「笑和会カフェ」を開催しました。カフェでは、集落支援員とボランティアの仲間で活動している「うそこけ座」により、ニセ電話詐欺やオレオレ詐欺・架空請求詐欺の語り寸劇が演じられ、詐欺の手口や認識を深めて、被害に遭わないよう呼び掛けました。



前田第一区は、11月19日(火)に区内の公民館において、「前田第一区さわやか楽級」による「たんぼぼ食堂」を開きました。

前田第一区

「さわやか楽級」とは、区民の交流や健康づくりのために活動している女性団体です。「たんぼぼ食堂」は、毎月第3火曜日を活動日としており、季節の食材を用いて、地域ならではのメニューを考え、作った料理をいただきます。会食後には、次回のメニューや活動等について熱心な意見交換が行われ、活気ある活動となりました。



前田東区

前田東区は、11月27日(水)に町の「ふるさと元気づくり推進事業」を活用し、区内の「楽楽農園」において、野菜の収穫祭を行いました。丸々と太った青首大根や聖護院大根、白菜や里芋など、丹精込めて育てた野菜はどれも満足する出来栄でした。「楽楽農園」は終始笑顔の絶えない楽しい時間が流れ、野菜作りを通して区民の絆がより一層深まりました。



小鶴区

小鶴区は、11月10日(日)に区内の公民館において、町の「ふるさと元気づくり推進事業」を活用した「小鶴いきいき交流会」を開催しました。

交通講話、マジックショーやビンゴゲーム、カラオケ大会などの催し物に来場者は大変盛り上がりました。また、区の皆さんによる手作りのご馳走に舌鼓を打ち、久しぶりに会う友人と会話を弾ませて楽しい時間を過ごしました。屋外では「小鶴産直のフリーマーケット」が開かれ、新鮮野菜やお米、手作りのジャム、手芸品等が販売され賑わいを見せました。



前田第二区

前田第二区は、11月3日(日)に区内の公園において、「ふるさと元気づくり推進事業」を活用し、「三世代交流会」を開催しました。子どもたちは、自分で綿あめとポップコーンを楽しみながら作りました。また、輪投げやパタンクで三世代が共に真剣勝負を繰り広げたり、余興の「ちんどん花樹一座」が花を添えたりし、園内には笑い声が響き活気に満ちた交流会になりました。



馬渡区

馬渡区は、10月14日(月)に区内の集落センターにおいて、「敬老祝賀会」を開催しました。今年は、余興に「ちんどん花樹一座」を迎え、会場は大いに盛り上がりました。同区では、平成7年の集落センター完成以来、毎年「敬老祝賀会」を開催し、世代間の交流を図り親睦を深めています。



上飯沼区

上飯沼区は、9月16日(月)に区内の集落センターにおいて、敬老の日に合わせて「第4回上飯沼三世代交流会」を開催し、コイン送りゲームやビンゴゲームなどを楽しみました。

参加者は、女性会のみなさんによる手づくりの料理とデザートなどを食べながら、三世代で楽しいひと時を過ごしました。



赤坂区

赤坂区は、11月23日(土)に区内の公民館において「三世代ふれあい収穫祭」を開催しました。班毎に担当を決めて作った餅やけんちん汁、焼きそば、焼いも、ピザ窯で焼いた手づくりのピザなど、たくさんの料理を作り、招待者の「グループホームほほえみ」の皆さんとともに参加者全員で美味しくいただきました。終始カラオケで盛り上がり、最後に輪投げやお楽しみ抽選会を行い区民の交流を図りました。



野曽後谷区



野曽後谷区は、湛沼を憩いの場として、三世代が共に交流する事を目的に「ふるさと元気づくり推進事業」を活用した事業に取り組んでいます。10月27日(日)には、湛沼の「防護柵設置作業と三世代災害時炊き出し訓練」を行い、湛沼の淵を覆う200メートルの柵が完成しました。災害時を想定した炊き出し訓練では、竈でご飯や芋煮を作り三世代で食事を楽しみながら、区民の親睦を深めました。

上飯沼南部区

上飯沼南部区は、10月27日(日)に区内の公民館において、三世代交流会を開催しました。今年もメインのイベントとして、「石岡ばやし常陸連」を招き、笛や太鼓に合わせた踊りを堪能しました。

お昼は、ピザ窯で焼いたピザや焼きそば、けんちん汁などを食べたり、バーベキューをしたりして、楽しいひと時を過ごしました。



桜丘団地区



桜丘団地区は、11月9日(土)に区内の公民館において「元気に爽やかに生き生きと」をテーマ

に、三世代交流会を開催しました。茨城町おはなしの会「しらゆきひめ」の紙芝居や、区内の高年者クラブ「さくら会」のみなさんのご指導を受けての輪投げ大会、風船細工のバルーンアート、出前講座でヤクルト「健康教室」などのイベントを行いました。最後に昼食を取りながら談話をし、楽しいひと時を過ごしました。

秋葉区

秋葉区は、10月11日(金)に区内の公民館において、高年者クラブによる定例のシルバーリハビリ体操後に、ニセ電話詐欺の語り寸劇を鑑賞しました。

集まった皆さんは、町集落支援員とボランティアの仲間で活動をしている「うそこけ座」の語り掛けに「騙されないように気をつけるよ。」と答えていました。



鳥羽田区

鳥羽田区は、11月10日(日)に区内の田園都市センターにおいて、「第6回鳥羽田ふれあいまつり」を開催しました。



参加者は、女性会や各種団体の皆さんが準備した料理を食べながら、カローリング大会、輪投げ大会、ビンゴゲーム大会をみんなで楽しみました。

センター内には、絵画・生け花・手芸品や子どもたちの書道などが展示され、来場者の目を楽しませました。そして、本年も常磐大学生と子どもたちや区民の皆さんが昔遊びを通して交流し、親睦を深め、楽しい時間を過ごしました。

上雨ヶ谷区

上雨ヶ谷区は、10月20日(日)に区内の集落センターにおいて、「第4回三世代交流会」を開催しました。

子どもたちは、輪投げ・杵餅つき、そしてお神輿担ぎと催事を楽しみ、おやじバンドの生演奏が始まると会場は一層盛り上がりました。また、班や団体ごとに手作り料理を用意して、来場者をもてなし、楽しく賑やかな交流会となりました。



海老沢区

海老沢区女性会は、11月10日(日)に区内のコミュニティセンターにおいて「ハーバリウム講座」を受講しました。ハーバリウムとは、お花や緑を瓶などに閉じ込めた、植物標本のことです。

参加者は、瓶やストラップなどに、思い思いにドライフラワーやビーズを詰めて、自分仕様のインテリアフラワーなどを楽しみながら制作しました。

下雨ヶ谷区

下雨ヶ谷区は、10月20日(日)に区内のコミュニティセンターにおいて、「第17回三世代交流会」を開催しました。

同区の催事は盛りだくさんで、杵餅つき・輪投げ大会・パン食い競走、そして手作りの米俵の子ども神輿が繰出すと、会場はおひねりも上がるほど、大いに賑わいました。来場者全員参加での一攫千金じゃんけん大会、ビンゴゲームも行われ、三世代が楽しい時間を共有し、交流を図りました。



五里峰区

五里峰区は、10月6日(日)に区内の集落センターにおいて、「敬老会並びに三世代交流会」を開催しました。

交流会では、子どもたちが青葉小学校歌とパプリカの2曲を元気いっぱい披露しました。また、町集落支援員とボランティアで活動している「うそこけ座」がニセ電話詐欺の語り寸劇を披露し、啓発活動をしました。

「石岡ばやし常陸連」による獅子ときつねの勇壮な踊りが披露され、ひょっここ・おかめ次々に登場し、区民とふれあいながら会場内を踊り、交流会は笑顔と拍手で大変盛り上がりしました。



城之内区

城之内区は、10月9日(水)に区内の公民館において、キリンビール(株)茨城支社主催の「ビールの教室」を開講しました。

教室では、ビールの原料や製造工程等について学び、アルコール耐性のパッチテストや商品の飲みくらべをしました。参加者は、講師の説明を熱心に聞き、最後に全員でビールを片手に記念写真を撮りました。



宮ヶ崎第六区

宮ヶ崎第六区は、12月20日(金)に区内の公会堂において、ヤクルト「健康教室」を開講しました。参加者は、腸内を良い環境に整えることの重要性の話を聞いたり、体を動かしたりし、楽しみながら受講しました。受講後は、みんなで昼食をとり、和気あいあいと有意義な時間を過ごしました。



新興区

新興区では、1月20日(月)に区内の公民館で、「報恩会 石崎病院 認知症疾患医療センター」の保健福祉士による、「認知症」やその予防するためのミニ講座を開催しました。意識して脳を使うことで、脳が活性化することや「楽しい・嬉しい・笑い」といった感情が伴う行動を家族や仲間と一緒にすることが大切であるという話を聞きました。参加者は、認知症の予防に努めながら「お互いに気をつけましょう。」と話し合いました。



若宮区

若宮区は、11月17日(日)に環境美化活動として区内を流れる若宮川の清掃と公民館前の花壇の植替えを実施しました。その後、芋煮会を行い、9月に収穫した神田のもち米で作ったもちや赤飯などと一緒に美味しくいただきました。

また、公民館前広場において、三世代でいちご大福作りを楽しみながら、交流を図りました。

船渡区

船渡区は、10月5日(土)に区内の集落センターにおいて、高齢者の長寿を祝う会「敬老祝賀会」を開催しました。女性会の皆さんによる手作りの料理を食べながら、余興のカラオケとふみ奴一座の歌や踊りを堪能し、楽しいひと時を過ごしました。



中石崎区

中石崎区は、町の「ふるさと元気づくり推進事業」が最終年度となり、集大成として、12月15日(日)に区内の公民館において、防災訓練を実施し、災害発生時の初動対応となる避難訓練や事業初年度に設置したかまど・ピザ窯等の設備を用いた炊き出し訓練を行いました。

また、町総務課職員による防災に関する講話を聞き、日頃からの心得と準備がいかに大切かを学びました。



集落支援員Facebook更新中!!

茨城町集落支援員が、各地域の活動をFacebookで紹介しています。



茨城町 集落支援員 検索

12/21 (土) 茨城地区交番連絡協議会 餅つき大会を開催



茨城地区交番連絡協議会では、地域との交流を深めるため、水戸警察署長や町内の交番勤務の警察官やその家族を招いて、餅つきを開催しました。

参加者は、ついた餅を食べたり、警察署などに飾る「おそなえ餅」を作ったりして、交通安全を祈願しました。

町PRポスターが“心を動かす作品”として [APAアワード2020 広告作品部門] に入選



公益社団法人日本広告写真家協会主催「APAアワード2020」広告作品部門において、酒沼に重点を置いた3枚1組の作品「茨城町PRポスター」が入選しました。

ポスターは、地域おこし協力隊と町在住クリエイティブディレクターが中心となり、町組織の枠を超えたプロジェクトチームを立ち上げて制作したものです。

同公募展は1961年より開催されている歴史ある公募展で、今回入選した広告作品部門は、広告として実際に流通した作品を募集し“心を動かす作品”という観点で審査が行われました。

入賞・入選作品は「東京都写真美術館」で展示され、「年鑑 日本の広告写真2020」に収録されます。

APAアワード2020 展示会

- ▶日時 2月29日(土)～3月15日(日)
- ▶場所 東京都写真美術館 地下1階 展示室 (東京都目黒区三田1-13-3 恵比寿ガーデンプレイス内)

12/19 (木) 肉牛生産技術の粋を集めた「茨城町肉用牛枝肉共励会」開催



茨城町肉用牛枝肉共励会が、12月16日(月)から19日(木)にかけて開催されました。共励会には町内肉用牛生産者が丹精を込めて育てた肉用牛32頭(和牛22頭、交雑種10頭)が出品され、19日に行われた表彰授与式において、(株)大和が出品したA5ランクの常陸牛が名誉賞を受賞しました。

同共励会は、町の畜産技術向上を目的に毎年開催されており、今回出品された和牛の全てが常陸牛の要件を満たしていることから、町内生産者の技術の高さが伺え、今後の肉用牛生産の更なる発展を期待させる結果となりました。

※常陸牛の要件：茨城県で指定された生産者が飼育した黒毛和種のうち、日本食肉格付協会枝肉取引規格において歩留等級AまたはB、肉質等級4以上に格付けされた牛肉です。

1/13 (月) 地域を守る誓い新たに 茨城町消防出初式



茨城町消防出初式が、町総合福祉センター「ゆうゆう館」駐車場及び町立中央公民館大ホールにおいて挙行され、町消防団員など消防関係者約350人が参加し、災害から町を守るための誓いを新たにしました。

式典では、消防職員や消防団員による分列行進の後、長年にわたり消防団活動に従事した団員などが表彰され、人命・財産を守った功績を称えました。

その後、駒場地内において、一年の安全を願った一斉放水が行われました。

12/4 (水) 茨城町農畜水産物 子ども料理コンテスト

夏休み期間を利用し、町内の小中学生を対象に茨城町農畜水産物「子ども料理コンテスト」を開催しました。41点のレシピの応募があり、審査の結果、最優秀賞に葵小学校6年の酒井麻里亜さん作「しじみソーメン」が選ばれました(その他の賞については下表参照)。審査員からは「ソーメンを使うところに意外性がある。温かいスープにすれば冬でも楽しめる。」と好評でした。

「しじみソーメン」は2月11日の「茨城町民の日記念式典」のおもてなし料理の1つとして提供され、多くの方々より「美味しい」との声をいただきました。

レシピを参考に、ご家庭でもぜひお試しください。



- 材料・調味料等 (1人分)
- しじみ 150g
 - 小ネギ 1本
 - ワカメ 少々
 - 三つ葉 10g
 - 糸とうがらし 少々
 - そうめん 100g (1束)
- スープ
- 水 500ml
 - 鶏ガラスープ 大さじ1
 - めんつゆ 小さじ1
 - すりおろしニンニク チューブ1cm程度
 - 塩コショウ 少々

調理手順 (調理時間 約15分)

- ①ワカメを水洗いしておく。
- ②小ネギをきざんでおく。
三つ葉を2cmくらいに切っておく。
- ③なべにスープの材料を入れて、ひと煮立ちしたらしじみを入れる。
しじみの口が開いたら火を止める。
- ④そうめんをゆでる。1,000mlの湯で2分。ゆであがったら、洗ってぬめりを取る。
- ⑤器にそうめんを盛り、しじみ、スープを注ぐ。
- ⑥小ネギ、ワカメ、三つ葉、糸とうがらしをトッピング。塩コショウをふって完成。

	作品名	学校名・学年	氏名(敬称略)
最優秀賞	しじみソーメン	葵小 6年	酒井 麻里亜
優秀賞	トマトとブロッコリーとツナのおかぼんあえ	長岡小1年	道川 結斗
	オニオンエッグ	青葉小5年	木村 壱虎
奨励賞	白魚(酒沼産)の天むすび	葵小 6年	藤枝 亜沙陽
	はたけのごちそうドリア	長岡小1年	安村 萌花
	しじみ入りチヂミ	長岡小6年	佐藤 元哉
	茨城町産 in エネルギー	青葉小6年	海老沢 心暖
	トマトのぶた肉巻き焼き	葵小 6年	高峰 蒼馬
	トマトの天ぷら	葵小 6年	濱田 愛美
	ヘルシーボリューム満点ライス	青葉中2年	海老沢 大愛

防犯連絡員が活躍しています 地域と連携した防犯活動を実施中

防犯連絡員は、水戸地区防犯協会長及び水戸警察署長から委嘱を受け、警察署と連携を図るため、町内の防犯パトロールや、児童・生徒の下校時の見守り、お祭りの補導警戒を行うなどの活動をしています。

犯罪を未然に防ぐには、「地域の目」が効果的です。活動へのご理解・ご協力をお願いします。





子育て支援センター

遊びに
おいでよ



茨城町子育て支援センターは子育て親子に寄り添い、親子のふれあいと絆を深める活動を行っています。

3月の予定

4日(水)	読み聞かせ
13日(金)	ボランティアと遊ぼう
18日(水)	読み聞かせ
25日(水)	集いの場。TU☆NA☆GU
27日(金)	ボランティアによるピアノ演奏

町内在住者対象

定期子育て相談 (偶数月第2水曜日)

日時: 4月8日(水) 午前10時~11時30分
(都合の良い時間にどうぞ)

場所: 保健センター 健診室D
内容により保健センター(保健師、管理栄養士)と連携して対応します。身体計測も実施しています。
※子育て相談は随時受け付けます。電話相談もお気軽にどうぞ。

ボランティアと遊ぼう

日時: 3月13日(金) 午前10時30分~11時30分
場所: まんまる一む(遊戯室)
子育てボランティアと遊んだり、おしゃべりをしたりして過ごしませんか?

ボランティアによるピアノ演奏

日時: 3月27日(金) 午前11時~11時15分
子育て個人ボランティアのサニー-NAOKOさんが、毎月1回演奏をしてくださいます。お子さんと一緒に心地良い音色で癒されましょう。

読み聞かせ 毎月第1・3水曜日

時間: 午前11時~11時15分
場所: まんまる一む(遊戯室)
子育てボランティアが絵本や紙芝居の読み聞かせに来てくれます。親子でゆったりとお話の世界を楽しみましょう。

ゆうゆう館 まんまる一む(遊戯室)を開放

日曜祝日、年末年始を除き午前9時から午後5時まで(令和2年4月1日より、開放時間が一部変更となります)
未就学児とその保護者はどなたでも利用できます。

ボランティアの皆さんのご協力をいただいておりますので、小さいお子さんと兄弟姉妹が一緒でも、安心して活動に参加できます。

—— 未就学児とその保護者が対象となります。詳細は、お問い合わせください。 ——

【問合せ先】 こども課 子育て支援センター ☎ 029-291-0980 (直通)
茨城町総合福祉センター 「ゆうゆう館」内

子育てセミナー

「集いの場。TU☆NA☆GU」

～つながる・なかま・ぐちこぼし～

毎月第4水曜日に子育て仲間とおしゃべりする場を設けています。出会った仲間、職員やボランティアと話して不安を解消し、子育ての楽しさを共有しましょう。
妊婦さんやパパの参加も大歓迎です。お気軽にどうぞ。

対象: 平成29年4月2日以降に生まれた子どもとその保護者及び妊婦
日時: 3月25日(水) 午前10時30分~11時30分
場所: 保健センター 健診室
持ち物: バスタオル、水分補給用の飲み物、下靴入れの袋、オムツ替え用シート(代用の物でも可)

参加者の声

- ・月齢の近い方のお話や情報をいろいろ聞けたので、参考になり良かったです。
- ・先輩ママさんから娘と同じ月齢の頃の話が聞けて参考になります。
- ・みんなと話ができて気持ちよくなりました。
- ・同じくらいの月齢の友だちができて良かったです。



文芸

○ロウバイの香り部屋中満ち満ちて一足先に春は来にけり 田口すい子(南川又)

● 駅伝の息継ぎ熱くアスリートSののどご目目の前駆ける 内田 理(長岡)

● さつまいも大根白菜葱畑夕日の沈む段々畑 河野 久子(網掛)

● 待つことのあまりに永き四十二年横田夫妻に笑顔の春を 中島三千代(桜の郷)

● ヒュルヒュルと泣いているよな風の音シャッター通りを駆け抜けて行く 浦井 正子(宮ヶ崎)

● 体重をのせてのし餅切りながら 庚子祝う正月の朝 佐久間 勲(前田)

● 後少し後少しだけポランティア 今年の無事を夫婦で乾杯 大場 邦男(長岡)

● マスクをし重ね手袋糸帽大寒入りの犬との散歩 秋山 禮子(越安)

● 神の池静寂の中に寝たる鹿島の空の初春のあけぼの 皆藤 利通(下土師)

● 笠間へと老若男女初参りわが家の願い家内安全 小堤美智子(小堤)

● めずらしや番のメジロわが庭園に森林開発進むわが里 片岡 忠彦(長岡)

(評)田口さんー他の花に先駆けて庭に咲いた雛梅の花を花瓶に挿したのであろう。雛梅の香気に満ちた部屋で春の到来を喜ぶ。その思いが結句に余韻を添えて表された。内田さんー駅伝に懸けるアスリートの描写が巧み。「S」のごとの比喩が活きている。河野さんー上の句の畑の具体が、下の句で夕日の中に照り映える。手慣れた詠い方で大きな景を捉えた。

○奥山に煩惱を投げ恵方道 中島三千代(桜の郷)

● 霜柱犬は喜び鼻くんくん 秋山 禮子(越安)

● 研修生見よう見まねで豆を撒く 浦井 正子(宮ヶ崎)

● 新年や実家の雛梅早香る 小堤美智子(小堤)

● 古石段一気に入りに初参り 田口すい子(南川又)

● 寒空に月光の実よ山眠る 田口 正子(南川又)

● 新年会曾孫も加はり賑やかに 清水 操(馬渡)

● 春来れど作物無き畑多かり 片岡 忠彦(長岡)

● 初筑波裾まで見ゆる所あり 佐久間 勲(前田)

● 時雨色濡れそぼり立つメタセコイア 内田 理(長岡)

(評)中島さんー参詣に向かう道中、抱えてきた欲望や苦しみを払い、新たな一年が希望に溢れることを願った。思いを読み取らせるよう、上手にまとめられた句。秋山さんー寒い冬の朝を感じさせる足元の霜柱。わくわくした気持ちに犬で表現し、可愛らしい句にした。浦井さんー外国人研修生だろうか。日本の文化である節分を緒に楽しんだようだ。

すこやかニユース

健康と睡眠

「質のよい睡眠をとるために」

「春眠暁を覚えず」の漢詩にもあるように春は心地よい眠りを誘う季節です。
皆さんは質のよい睡眠がとれていますか。睡眠は健康を保ち増進させるために欠かせないものです。快眠を得るために日ごろの生活習慣を見直しましょう。

1 睡眠と健康の関係

日本人、特に子どもたちや就労者の睡眠時間は世界で最も短いと言われてます。睡眠不足になると疲労しやすくなり、判断力・集中力・記憶力・思考力、さらには作業能力も低下します。また、気分や感情が不安定になったり、心疾患や脳血管疾患などの生活習慣病の発症にも関わって来たりします。不規則な食事や運動不足、喫煙や飲酒によって睡眠状態は悪化しますので、これらの生活習慣を改善することが良質な睡眠を保つことにもつながります。

2 睡眠のメカニズム

睡眠はノンレム睡眠(身体と同時に脳も休んでいる深い眠りの状態)とレム睡眠(身体が休んでいるのに脳は活発に働いている浅い眠りの状態)の2種類に分けられます。眠っている時は、ノンレム睡眠とレム睡眠が約90分周期で交互に現れます。この睡眠メカニズムのもとで、良い眠りと快適な目覚めがワンセットとなることを「快眠」と言います。

3 快眠を得るためのポイント

睡眠時間は季節や体調にも左右され、人それぞれで長時間必要なる人もいれば短時間で十分なる人もいます。メカニズムを考慮して、就寝時間や

起床時間を決めましょう。
1日のスタートにふさわしい爽やかな目覚めのために心がけたいポイントがあります。ほんの少しの工夫と心がけで「快眠」が得られますので試してみてください。

〈快眠を得るためのポイント〉

- ① 適度な運動を習慣化する
- ② 朝食をしっかり取る
- ③ 起きたら太陽の光を浴びる
- ④ 入浴はぬるめのお湯でゆったり
- ⑤ 就寝前の飲酒は控える
- ⑥ 就寝前の喫煙はしない
- ⑦ コーヒー、緑茶は就寝の3時間前までに
- ⑧ 就寝後のメールやゲームはNG

【問合せ先】健康増進課
☎ 029(240)7134(直通)

健康増進課 (保健センター) 3月のお知らせ

日曜日	事業名	受付時間
5 木	5歳児健診	13:00~13:30
6 金	パパママ教室(申込者)	13:00~13:30
8 日	となりの町を歩こう(申込者)	8:30~ 9:00
11 水	健康相談 8~9か月児育児相談	9:00~11:30 9:45~10:00

Neighboring town
となりの
まうから

東海村
第29回「東海さくらまつり」
期間中は、日没から午後9時までさくらのライトアップが行われます。昼間とは一味違う幻想的な夜桜をお楽しみください。
▶期間 3月28日(土)～4月12日(日)
ライトアップの時間：日没～午後9時
▶場所 阿漕ヶ浦公園(東海村村松579)
【問合せ先】東海村観光協会
☎029-287-0855
ホームページ http://tokai-kanko.com/



小美玉市
小美玉さくらフェスティバル2020
小美玉市四季文化館みの～れと小美玉市商工会の力を結集した、みの～れを含む四季の里全体を会場にした春の一大まつりです。
▶日時 4月11日(土)午前9時30分～午後3時
※雨天時、一部プログラム変更あり
▶場所 四季の里芝生広場&四季文化館みの～れ(小美玉市部室1069)
【問合せ先】小美玉市生活文化課(みの～れ)
☎0299-48-4466



那珂市
八重桜まつり
「日本さくら名所100選」に選定された静峰ふるさと公園で開催されます。
2,000本の八重桜が盛大に咲き誇り、様々なステージイベントが行われ、夜はライトアップで幻想的な夜桜を楽しめます。
▶期間 4月16日(木)～29日(水)
イベント日：期間中の土日
▶場所 静峰ふるさと公園(那珂市静1720-1)
【問合せ先】那珂市商工観光課
☎029-298-1111(内線243)



お知らせ
茨城町地域おこし協力隊
2019年度活動報告会・展示会



町で活動している地域おこし協力隊の3人が、2019年度の活動報告及びこれまでの活動写真やパネルなどの展示を行います。

▶日時 3月26日(木)
展示会：午後3時～5時
報告会：午後6時～8時(受付開始 午後5時)
※報告会のみ申込みが必要となります。
展示会は申込不要でご覧いただけます。
▶場所 茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」2階 視聴覚室
▶定員 70人(先着順)
▶報告会申込方法 電話またはメールにて、お名前、ご連絡先、参加人数をお知らせください。
▶申込期間 2月27日(木)から定員に達するまで
【問合せ・申込先】町民協働課 地域おこし協力隊
☎029-291-8802(直通)
メール：chiikiokoshi@town.ibaraki.lg.jp

募集
自衛官募集

下記のとおり、募集します。

種目	自衛隊幹部候補生(一般幹部候補生)	一般曹候補生(第1回)
募集要項		
受付期間	3月1日(日)～5月1日(金)	3月1日(日)～5月15日(金)
受験資格	日本国籍を有する方	
	大卒程度試験 22歳以上26歳未満の方(20歳以上22歳未満の方は大卒(見込)、修士課程修了者等(見込)は28歳未満) ※年齢計算:令和3年4月1日現在 院卒者試験 20歳以上28歳未満の方 修士課程修了者等(見込)	18歳以上33歳未満の方(32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない方)
試験期日等	第1次試験 5月9日(土) ※飛行要員は5月10日(日)も含む	5月23日(土)
	第2次試験(1次試験合格者のみ) 6月9日(火)～12日(金)のうち指定する1日(飛行要員のみ3次試験あり)	6月24日(水)～29日(月)のうち指定する1日
入隊・入校時期	令和3年3月下旬～4月上旬	
身分	特別職国家公務員	
給料	初任給等(令和元年1月1日現在)	169,900円
	大卒程度試験 223,100円 ※修士課程修了者等:244,200円 院卒者試験 244,200円	
その他	賞与年2回(6月、12月)その他各種手当があります。 種目に応じた手厚いサポートがあります。	
その他	入隊後約1年で ○大卒程度試験合格者は3等陸・海・空尉に ○院卒者試験合格者は2等陸・海・空尉に昇任します。	入隊後2年9か月経過以降選考により3等陸・海・空曹に昇任します。
	自衛隊茨城地方協力本部 水戸募集案内所 ☎029-226-9294 http://www.mod.go.jp/pco/ibaraki/ E-mail: hq1-ibaraki@pco.mod.go.jp ※自衛官候補生は年間を通じて募集しています。	



町の防災行政無線が聞き取れなかった場合
防災行政無線テレホンサービス
☎0800-800-8848(通話料無料)

3月の納税

○国民健康保険税 9期

- ・下記納期限までに銀行、コンビニまたは役場窓口で納付しましょう。
- ・今年度最後の納税となりますので、納め忘れがないようにしましょう。

納期限は **3月31日(火)**

お知らせ
春の全国
火災予防運動

3月1日から7日までの7日間、全国一斉に春の火災予防運動が実施されます。防火の対策は、家族全員の協力や地域住民の連携があつてこそです。普段から火の用心に心がけ、火災を出さないように注意しましょう。

住宅防火 いのちを守る7つのポイント

▶3つの習慣

- ・寝たばこはやめる。
- ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ・ガスこんろなどのそばを離れたときは、必ず火を消す。

▶4つの対策

- ・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ・寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- ・火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- ・お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

【問合せ先】消防本部 ☎029-292-1515

お知らせ
くらしのガイドブックを作成します

町では、町民の皆さんの暮らしに役立つ情報などを掲載した冊子「茨城町くらしのガイドブック」を、株式会社サイネックスとの官民協働事業により作成し、7月頃に同社が町内の世帯にポスティング配布する(郵便受けに入れる)予定です。

株式会社サイネックスの担当者が、広告募集のため町内の事業者や店舗を訪問します。広告の掲載を希望する場合は、株式会社サイネックスにお問い合わせください(広告の掲載にあたっては事前審査があります)。

【問合せ先】
広告に関する問合せ
株式会社サイネックス水戸支店 ☎029-224-3070
くらしのガイドブックに関する問合せ
茨城町秘書広聴課 ☎029-240-7126(直通)

Information 情報

お知らせ
いばらき身障者等
駐車場利用証制度を
ご存じですか

障がいのある方、妊産婦の方など、移動に配慮が必要な方(下記に該当する方)が、ショッピングセンターや公共施設などにある身障者等用駐車場(車いすマークの駐車場)を利用しやすくするための利用証を発行しています。利用証が必要な方は、窓口にて申請してください。

▶利用証の交付対象となる方
歩行困難かつ次のいずれかの基準に該当される方
○身体障害者手帳の程度が次の表に該当する方

区分	等級	
視覚障害	4級以上	
聴覚または平衡機能の障害	聴覚障害	3級以上
	平衡機能障害	5級以上
肢体不自由	上肢	2級以上
	下肢	6級以上
	体幹	5級以上
	乳幼児期以前の非進行性の脳病変による運動機能障害	上肢機能 2級以上 移動機能 6級以上
内部障害	心臓機能障害	4級以上
	じん臓機能障害	//
	呼吸器機能障害	//
	ぼうこうまたは直腸の機能障害	//
	小腸機能障害	//
	ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害	//
	肝臓機能障害	//

○上記以外の対象者

知的障害者	療育手帳の障害の程度が「㊦」及び「A」の方
精神障害者	精神障害者保健福祉手帳の等級が「1級」の方
高齢者	介護保険被保険者証の要介護状態区分が「要介護1」以上の方
難病患者	指定難病特定医療費受給者証等を交付された方 小児慢性特定疾病医療受給者証を交付された方
妊産婦	母子健康手帳を交付された方で妊娠7か月～産後6か月の方 (有効期限あり)

▶申請方法
交付対象者であることを確認できるもの(障害者手帳、受給者証等)を持参の上、申請してください。
※代理人の方が申請される場合は、代理人の方の身分証明書(免許証、保険証等)もお持ちください。
【申請・問合せ先】社会福祉課(1階3番窓口)
☎029-240-7112(直通)

厚生労働省が推奨する1日の野菜摂取量は350gとされていますが、現在どの年代においても、推奨量に届いていません。野菜不足を感じている方は、今日から野菜を多めに食べてみませんか？

焼きあじと野菜の和風マリネ



Presented by 町管理栄養士

健康
レシピ

ゆで鶏ときゅうりの 辛味ごまソース



「野菜たっぷりレシピ」

焼きあじと野菜の 和風マリネ

【材料】4人分

- あじ(3枚おろし) 4枚(400g)
- 塩・こしょう 各少々
- 小麦粉 少々
- サラダ油 小さじ2
- A 酢 3/4カップ
- めんつゆ 大さじ5
- 長ねぎ 1本
- 玉ねぎ 1/2個
- パプリカ(赤) 1個
- ピーマン 1/3個
- サラダ油 小さじ2

【作り方】

- ① あじをそぎ切りにし、塩・こしょうを振る。
- ② 長ねぎを2cm長さになり、玉ねぎを薄切り、パプリカ、ピーマンは細切りにする。
- ③ フライパンを熱して長ねぎをこんがり焼き、大きめのバットに取り出す。
- ④ 油小さじ2で②の残りの野菜をしんなりするまで炒め、Aを加えてひと煮し、③に移す。
- ⑤ あじの水気をふき取って小麦粉を薄くまぶしつける。油小さじ2を熱したフライパンに入れ、あじを並べ入れ、両面をこんがり焼く。
- ⑥ 焼きたてを④に漬け、20分以上置き、器に盛る。

栄養成分(1人分)
エネルギー 232Kcal
塩分 1.3g
野菜量 107g

ポイント

マリネ液の酢は、一度煮立てると酢のツンとした酸っぱさが消えてまろやかな味になります。

ゆで鶏ときゅうりの辛味ごまソース

【材料】4人分

- 鶏むね肉 2枚
- A 長ねぎ(青い部分) 5cm
- しょうが(薄切り) 1かけ
- 酒 少々
- 水菜 90g
- きゅうり 2本
- 長ねぎ 10cm
- パプリカ(赤) 1/3個
- ねり白ごま 大1小1
- しょうゆ 大1小1
- 砂糖 大1小1
- B 酢 小1強
- ごま油・ラー油 各少々
- しょうが(みじん切り) 1かけ
- にんにく(みじん切り) 1かけ

【作り方】

- ① 鶏むね肉を耐熱容器に入れ、Aのねぎとしょうがをのせて酒を振り、ラップをかけて電子レンジ(600w)で3分加熱する。そのまま冷まして味をなじませる。
- ② 水菜を4~5cm幅に切り、きゅうりとパプリカは4~5cm長さの千切りにする。長ねぎは縦半分にして斜め薄切りにする。パプリカ以外をさっくり混ぜ合わせ、器に盛りつける。
- ③ Bの材料を混ぜ合わせソースを作る。
- ④ ①をそぎ切りにし、②の野菜の上に乗せる。③のソースをかけ、パプリカを散らす。

栄養成分(1人分)
エネルギー 263Kcal
塩分 1.0g
野菜量 122g

ポイント

鶏むね肉は加熱するとパサつきがちですが、電子レンジで加熱しそのまま冷ましておくとしっとり仕上がります。

【問合せ先】健康増進課 ☎ 029-240-7134 (直通)

みんなの図書館

茨城町立図書館
☎ 029-240-7131 (直通)
ホームページ
http://www.lib.t-ibaraki.jp/



おすすめの**新**着本

新刊1



山岳捜査
(笹本 稜平 著)

長野県警山岳遭難救助隊に所属する桑崎祐二は、鹿島槍北壁からの下山途中、谷あい倒れている人物を発見する。すでに死亡していたその女性の首には、策条痕と吉川線があり、他殺死体だと認められた。しかし桑崎らをヘリコプターに収容する直前、雪崩が発生し、死体は飲み込まれてしまう。

新刊2



国道食堂
(小路 幸也 著)

賑やかな町を離れ、ちょっと田舎の国道沿いにある通称「国道食堂」。ドライブインというより大衆食堂という感じだ。おまけに店の中にはプロレスリングがある。そしてこの店の食事は、どれも旨くて美味しい。だからか近隣だけでなく、遠くからも客が来る。その中には、少しワケありな客もいて…。

イベント情報

おはなし会 (毎月第2・4土曜日)

3月14日(土) 午後2時~
3月28日(土) 午前11時~

絵本となかよし (毎月第2・4木曜日)

3月12日(木) 午前10時30分~
3月26日(木) 午前10時30分~

どちらも図書館「おとぎのくに」で開催します。皆様のご来館をお待ちしています。

図書館カレンダー

2020年3月の休館日

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休	3	4	5	6	7
8	9 休	10	11	12	13	14
15	16 休	17	18	19 休	20	21
22 休	23 休	24	25	26	27	28
29	30 休	31				

◆新刊・新着本のご案内

新刊続々



今日もお疲れさま
(群 ようこ 著)



てしごと
(あさの あつこ 著)



殺しの許可証
(馳 星周 著)



女たちのシベリア抑留
(小柳 ちひろ 著)



イカリメーター
(とうやま そうた 作)



くじらすくい
(水風 紅美子 作)



いらっしゃい
(せな けいこ 作)



がっこうかっぱのおひっこし
(山本 悦子 作)

◆編集・発行

茨城町 町長公室 秘書広聴課
〒311-3192
茨城県東茨城郡茨城町小堤1080
☎ 029-292-1111
メールアドレス
ibarakit@town.ibaraki.lg.jp

◆人口

住民基本台帳
令和元年1月末現在
男 16,220人
女 16,126人
総人口 32,346人
世帯数 13,227世帯

◆茨城町民憲章

- ふるさとの自然を守り、美しい環境の町をつくりましょう。
- からだをきたえ、教養を高めて、すこやかな町をつくりましょう。
- 隣人や家庭の愛を大切に、まごころのかよい合う町をつくりましょう。
- 自分の仕事に責任と誇りを持ち、活気に満ちた町をつくりましょう。
- 文化遺産を愛護し、先人の努力に感謝できる町をつくりましょう。

- ◆町の花 桜
- ◆町の木 梅
- ◆町の鳥 ウグイス

◆町の防災行政無線が聞き取れなかった場合
防災行政無線テレホンサービス
☎0800-800-8848
(通話料無料)

◆町の情報発信中!!

- 町公式ホームページ
<http://www.town.ibaraki.lg.jp/>
- 町公式ツイッター
<https://twitter.com/IbarakiTownMati/>
- 町公式Instagram
https://www.instagram.com/townibaraki_official/



里山に育む生きものたち

No.91 雑種性のタンポポ
(キク目 キク科)

写真・文 安 昌美

◆雑種性タンポポとは
県内では、これまで大きく見ると開発の進んだ都市的環境にはセイヨウタンポポが、人里などにはカントウタンポポなど由来のタンポポ類が生育するといわれてきました。しかし近年は、セイヨウタンポポとさわれていたものの多くは日本由来のタンポポの遺伝子を取り込んだ雑種性タンポポであるとされています。茨城町のものは在来のカントウタンポポと外来のセイヨウタンポポの雑種と思われる。

◆タンポポの繁殖法
カントウタンポポは有性生殖で、しかも自家不和合性なので、他の株の花粉を貰わないと種子ができません。1株では種子繁殖ができなく、また集団が小さくなると近交弱勢がおこることが心配されています。セイヨウタンポポは無融合生殖とよばれる生殖で、受精や受粉などに関係なく

種子をつくりまします。1株で種子をつくって繁殖します。しかも割合は少ないようですが、繁殖力のある花粉を作ります。この花粉がカントウタンポポの雌しべに着くと雑種の種子ができてしまいます。

◆雑種性タンポポの繁殖法
種子をつくりまします。1株で種子をつくって繁殖します。しかも割合は少ないようですが、繁殖力のある花粉を作ります。この花粉がカントウタンポポの雌しべに着くと雑種の種子ができてしまいます。

種子をつくりまします。1株で種子をつくって繁殖します。しかも割合は少ないようですが、繁殖力のある花粉を作ります。この花粉がカントウタンポポの雌しべに着くと雑種の種子ができてしまいます。

ちびっ子アート 飯沼こども園



「きょうりゅうとなかよし」
さいとう せな (6歳)



「うちゅうたんけんをしたよ」
えびさわ ゆい (6歳)